



Ohne dich...

Informationen für Eltern
nach Verlust ihres Kindes
vor, während oder kurz nach der Geburt

Liebe Eltern!

In den letzten Tagen haben Sie viel durchgemacht. Nun gehen Sie nach Hause, dorthin, wo nichts mehr so ist, wie es vorher war. Das ist schwer. Der Verlust Ihres Kindes braucht Zeit, um verarbeitet zu werden: körperlich und vor allem emotional.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie auch nach der Entlassung bei den Schritten, die vor Ihnen liegen, unterstützen.

Wir möchten Sie ermutigen, sich Zeit zu nehmen für den Abschied von Ihrem Kind und für Ihre Trauer. Und wir wünschen Ihnen Menschen an Ihrer Seite, die Ihre Fragen, das Leid und die Trauer mit Ihnen aushalten, durchstehen und Hoffnung vermitteln.

*Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der
gynäkologisch-geburtshilfflichen Abteilungen,
der Psychologie und der Krankenhausseelsorge*

Medizinisch gesehen

Für Sie ist es Ihr Kind – unabhängig davon, in welcher Schwangerschaftswoche Sie sich befunden haben. Und wenn Ihr Kind nicht leben kann, sind Schmerz und Verlust groß. Je nach Dauer der Schwangerschaft und daraus resultierender Definition ergeben sich jedoch andere rechtliche Grundlagen, die für Sie später von Bedeutung sein können (z.B. beim Anspruch auf Mutterschutz o.ä.). Die Medizin unterscheidet folgende Begriffe:

Fehlgeburt

Eine frühe Fehlgeburt ist eine Schwangerschaft, die vor der 12. Schwangerschaftswoche endet.

Späte Fehlgeburten sind alle Babys, die nach der 12. Schwangerschaftswoche geboren werden, wenn sie kein Lebenszeichen bei der Geburt zeigen und weniger als 500g Geburtsgewicht haben.

Totgeburt

Als Totgeburt bezeichnet man ein Kind, das mit einem Geburtsgewicht von mindestens 500g geboren wurde, ohne dass eines der folgenden Lebenszeichen festgestellt werden konnte: Herzschlag (Pulsieren der Nabelschnur), Atembewegungen, deutliche Bewegungen der Muskulatur.

Lebendgeburt

Unabhängig von der Schwangerschaftsdauer gilt ein Kind dann als lebend geboren, wenn nach der Geburt

- die Atmung einsetzt oder
- ein anderes Lebenszeichen wie Herzschlag, Pulsation der Nabelschnur oder deutliche Bewegungen erkennbar sind.

Rechtliche Fragen

Namensrecht

Wenn Ihr Kind lebend geboren wird, bekommt es offiziell einen Vor- und Nachnamen, der in der Geburtsurkunde eingetragen wird.

Wird Ihr Kind tot geboren, bekommt es offiziell einen Vornamen, der auf der Urkunde für die Totgeburt eingetragen wird.

Wiegt Ihr Kind weniger als 500g, bekommt es keinen offiziellen amtlichen Namen und es gibt keine Beurkundung.

Standesamt

Bei einer *Fehlgeburt* erhalten Sie keine Dokumente und keine Bescheinigung und müssen deshalb auch nicht zum Standesamt.

Bei einer *Totgeburt* wird das Kind im Sterbebuch beurkundet. Das Standesamt stellt eine gebührenfreie Bescheinigung oder, wenn gewünscht, eine gebührenpflichtige Urkunde aus. In diese Urkunde wird der Vorname des Kindes eingetragen. Die Bescheinigung brauchen Sie für den Arbeitgeber und den Sozialversicherungsträger.

Sie benötigen dazu:

- *Eheliche Totgeburt*: Heiratsurkunde der Eltern
- *Uneheliche Totgeburt*: Geburtsurkunde der Mutter

Bei einer *Lebendgeburt* wird das Kind im Geburtenbuch und im Sterbebuch beurkundet und (gebührenpflichtige) Bestätigungen über Geburt und Tod ausgestellt, auf denen der Vor- und Nachname des Kindes verzeichnet wird.

Folgende Dokumente brauchen Sie dazu:

- *Eheliche Geburt*: Heiratsurkunde, Geburtsurkunden, Staatsbürgerschaftsnachweise der Eltern
- *Uneheliche Geburt*: Geburtsurkunde, Staatsbürgerschaftsnachweis der Mutter

- *Ist die Mutter verwitwet*, sind zusätzlich Heiratsurkunde der Mutter und Sterbeurkunde des Ehemannes der Mutter notwendig.
- *Ist die Mutter geschieden*, bedarf es der Heiratsurkunde und des Scheidungsurteils.
- Nachweis über die Wiederannahme eines früheren Familiennamens der Mutter ist gegebenenfalls notwendig.
- Wenn der Vater die Vaterschaft anerkennen will, braucht es dessen Geburtsurkunde sowie den Staatsbürgerschaftsnachweis.

Ihr Mutter–Kind–Pass ist ein Dokument: lassen Sie ihn im Krankenhaus ausfüllen.

Mutterschutz

Nach einer *Fehlgeburt* haben Sie leider keinen Anspruch auf Mutterschutz (Beschäftigungsverbot). Sie können sich aber vom Hausarzt krankschreiben lassen.

Bei einer *Totgeburt* oder wenn Ihr Kind nach der Geburt verstorben ist, haben Sie Anspruch auf Mutterschutz. Sie dürfen während dieser Zeit nicht arbeiten und erhalten ein Wochengeld. Die Dauer des Wochengeldbezuges hängt von der Dauer des Mutterschutzes ab. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an den zuständigen Sozialversicherungsträger.

Finanzamt

Um Familienbeihilfe können Sie ansuchen, wenn Ihr Kind nach der Geburt stirbt. Es muss ein Antrag gestellt werden. Näheres erfahren Sie beim Finanzamt.

Hebammenhilfe

Zur Nachbetreuung nach dem Krankenhausaufenthalt können Sie die Hilfe einer Hebamme in Anspruch nehmen. Sie achtet auf Ihre körperliche Genesung, begleitet Sie aber auch bei allen anderen Anliegen, die Sie jetzt beschäftigen.

Bei einem *fehlgeborenen Kind* erhalten Sie dafür keine Rückerstattung der Kosten durch den Sozialversicherungsträger.

Bei einem *tot- bzw. lebendgeborenen* Kind werden bei einer Hebamme mit Kassenvertrag eine gewisse Anzahl von Hausbesuchen übernommen.

Im Einzelfall fragen Sie bitte unsere Hebammen oder wenden Sie sich an Ihren Sozialversicherungsträger.



Die Bestattung meines Kindes

In Tirol besteht für totgeborene Kinder eine Bestattungspflicht, für fehlgeborene Kinder ein Bestattungsrecht. Das bedeutet für Sie als betroffene Eltern, dass Ihr Kind, egal wie klein, *bestattet werden kann*, wenn Sie dies wünschen, und Kinder mit einem Gewicht über 500g oder lebendgeborene Kinder *bestattet werden müssen*.

Wenn Ihr Kind bestattungspflichtig ist, haben Sie die Möglichkeit, es

- in einem Einzelgrab oder
- anonym bestatten zu lassen.

Wenn Ihr Kind nicht bestattet werden muss, Sie es aber bestatten lassen wollen, bestehen ebenfalls verschiedene Möglichkeiten:

- Bestattung im vorhandenen Familiengrab (z.B. bei den Großeltern) oder
- Bestattung im Kindersammelgrab

Kindersammelgrab

Auf manchen Friedhöfen gibt es eigene Kindersammelgräber, in denen die Möglichkeit besteht, das Kind in einer „Sammelbestattung“ beisetzen zu lassen. Sie haben nicht überall die Möglichkeit, bei dieser Bestattung anwesend zu sein. Meistens findet im Vorfeld der Bestattung eine gemeinsame Trauerfeier oder unabhängig vom Termin eine Gedenkmesse statt .

Hier im Krankenhaus St. Vinzenz besteht die Möglichkeit, Kinder mit einem Geburtsgewicht unter 500g in einem Kindergrab auf dem Friedhof Zams beisetzen zu lassen. Die Bestattung findet zweimal jährlich (in der Regel am letzten Dienstag im Mai bzw. Oktober) statt.

Die Kinder werden in einem gemeinsamen Sarg, in dem jedes Baby einen separaten Platz bekommt, beigesetzt. Das Grab liegt an der Friedhofsmauer Richtung Volksschule. Bis zur Bestattung verbleiben die Kinder im Krankenhaus.



Kindergrabstätte auf dem Friedhof Zams

Die ökumenische Trauerfeier für Ihr Kind gestaltet der katholische Seelsorger der Pfarre Zams in Zusammenarbeit mit den Seelsorgerinnen des Krankenhauses.

Zu dieser Feier mit anschließender Beisetzung sind Sie und Ihre Angehörigen und Freunde herzlich eingeladen, ganz gleich, welcher Glaubensrichtung Sie angehören. Die Trauerfeier mit Liedern, Worten und Gebeten gibt Raum für gemeinsamen, aber auch für Ihren ganz persönlichen Abschied von Ihrem Kind.

Sollten Sie die Mitfeier eines Geistlichen Ihrer Konfession/Religion wünschen oder eigene Gedanken, Texte oder Lieder in die Feier einbringen wollen, teilen Sie uns das bitte mit. Wir werden das gerne ermöglichen.

**Die nächste Trauerfeier und Bestattung
findet am**

**um 14: 00 Uhr
in der Pfarrkirche Zams statt.**

Die Kosten für die Bestattung im Kindergrab trägt das Krankenhaus, die Finanzierung einer individuellen Bestattung im Familiengrab oder Ihrem Heimatwohntort müssen Sie selbst übernehmen. Sollten Sie eine Beisetzung im Kindergrab wünschen, benötigen wir eine Beisetzungserklärung, die noch im Krankenhaus von Ihnen unterschrieben werden sollte.

Über die Art der Bestattung entscheiden Sie selbst. Spezielle Fragen dazu besprechen Sie am besten mit dem Bestatter Ihrer Wahl, da die Bestattungsunternehmen genau darüber informiert sind, was an den jeweiligen Orten möglich ist.

*Dem Tod gehört nur ein Augenblick,
Der Liebe gehören Zeit und Ewigkeit.*

Rituale

Rituale können helfen, Abschied zu nehmen und Trauer zu verarbeiten. Tun Sie das, was Ihnen und Ihrer Familie entspricht, was Ihnen hilft und Sie tröstet.

Einige mögliche Rituale:

- Beerdigung gestalten
- in der Wohnung eine Erinnerungsecke für das Baby einrichten
- zu besonderen Tagen eine Kerze anzünden, ans Grab gehen
- im Garten einen Erinnerungsplatz gestalten
- Stein mit dem Namen des Kindes bemalen – auf der gynäkologischen Abteilung werden solche Steine in einem Glas gesammelt
- ein Erinnerungsalbum gestalten
- einen Brief schreiben, verbrennen, die Asche an einem lieb gewonnenen Platz verstreuen
- einen Stern taufen
- eine Erinnerungsschachtel basteln
- einen Baum pflanzen
- Gedichte, Tagebuch oder Briefe schreiben



Zeit zum Trauern

Jeder Mensch trauert auf seine eigene Weise. Auch die Dauer der Trauerphase ist von Mensch zu Mensch verschieden. Die aufkommenden Trauergefühle können von Gefühlsleere über Reizbarkeit/Wut bis hin zu tiefer Traurigkeit reichen. Es kann auch zu körperlichen Reaktionen wie Müdigkeit oder Konzentrationsschwierigkeiten kommen.

Diese Symptome sind völlig normal und können in den nächsten Wochen oder Monaten bei Ihnen auftreten. Sie werden sich im Lauf der Zeit verringern und in der Intensität abnehmen.

Dazu bedarf es allerdings Zeit. Zeit, um das Geschehene zu verstehen und als einen Teil Ihres Lebens zu integrieren. Zeit, um sich neu im Alltag zurecht zu finden und wieder Lebensmut zu gewinnen.

Professionelle Hilfe

Wenn Ihre Symptome Sie stark belasten, nicht mehr enden wollen oder Ihren Alltag vollkommen einnehmen, haben Sie den Mut, sich professionelle Hilfe zu holen.

Viele Menschen wünschen sich, Ihre Trauergefühle betäuben zu können und nehmen zu diesem Zweck Alkohol, Medikamente oder Drogen zu sich.

Sollten Sie bei sich einen ungewöhnlich starken Konsum dieser Substanzen feststellen, so ist es ratsam, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Sie können sich jederzeit für ein Gespräch mit einer Psychologin oder Seelsorgerin des Krankenhauses über die gynäkologische Ambulanz (Tel.: 05442/ 600 7310) anmelden. Sie haben aber auch die Möglichkeit, sich Hilfe bei den Beratungsstellen der TGKK oder des Land Tirols zu holen (Kontaktadressen siehe letzte Seite).

Geschwisterkinder

Vielleicht hat sich auch schon ein Geschwisterkind auf den Nachwuchs gefreut und Sie stehen jetzt vor der schweren Aufgabe, Ihrem Kind die neue Situation erklären zu müssen.

Egal, wie alt Ihr Kind ist, es wird spüren, dass etwas passiert ist. Daher ist es nicht sinnvoll, das Geschehene vor dem Kind verheimlichen zu wollen. Versuchen Sie stattdessen, Ihrem Kind die Situation und Ihre Gefühle altersgemäß zu erklären, alle auftauchenden Fragen ernst zu nehmen und ehrlich zu beantworten.

Gerne stellen wir Ihnen bei Bedarf unseren Infofolder „Trauer bei Kindern“ mit genaueren Informationen zu diesem Thema zur Verfügung. Fragen Sie einfach danach.

Was tut mir gut?

Auch wenn es zuerst unmöglich erscheint, ist es wichtig, sich neben dem Trauern auch Freude zu erlauben und etwas Gutes zu gönnen. Sie können sich selbst überlegen, was Ihnen gut tun könnte bzw. was Sie früher gerne gemacht haben. Sprechen Sie mit Ihrem Partner oder Freunden offen über Ihre Wünsche.

- Achten Sie vermehrt auf Ihre momentanen Bedürfnisse und nehmen Sie sich Zeit dafür (z.B. schlafen, weinen, alleine sein, Gespräche...).
- Wenn Ihnen danach ist, sprechen Sie mit vertrauten Personen über Ihre Gefühle. Sie können Ihre Gefühle aber auch aufschreiben.
- Verbringen Sie bewusst Zeit mit jenen Dingen, die Ihnen üblicherweise Freude bereiten und zur Entspannung dienen (z.B. Lesen, Fernsehen, Sport...).
- Erwarten Sie nicht, dass die Zeit Ihre Erinnerungen einfach auslöscht. Ihre momentanen Gefühle werden Sie noch länger beschäftigen, aber sie werden mit der Zeit leichter zu tragen sein.

*Und wenn du dich getröstet hast,
wirst du froh sein, mich gekannt zu haben.*

Antoine de Saint-Exupéry

Kontaktadressen

Geleitetes Elternforum

Jeden ersten Samstag im Monat, 15:00–
17:00 Uhr (ausgenommen Schulferien)
Rennweg 12, 6020 Innsbruck
Mag. Tomy Mullur, Tel. 050504/22285
E-Mail: seelsorge.klinik@tilak.at

Hotline des psychosozialen Beratungsservice der TGKK

Tel. 0664 1991991
Montag bis Freitag 10.00–12.00 Uhr

Gesundheitspsychologische Beratungsstelle des Landes Tirol im KH Zams

Mag. Ing. Cornelia Handle;
Tel. 0650 7086067; Mi 16:00–20:00 Uhr

Literatur

H. Lothrop: **Gute Hoffnung–jähnes Ende**. Begleitbuch für Eltern, die ihr Baby verlieren und alle, die sie unterstützen wollen. Kösel 2011

B. Künzer–Riebel; G. Lutz: **Nur ein Hauch von Leben**. Eltern berichten vom Tod ihres Babys und von der Zeit ihrer Trauer. Kaufmann 2011.

K. Schäfer: **Spuren kleiner Füße**. Erste Hilfe nach dem Tod eines Kindes. Topos Plus 2012.

H. Wolter: **Mein Sternenkind**. Begleitbuch für Eltern, Angehörige und Fachpersonen nach Fehlgeburt, stiller Geburt oder Neugeborenenentod. Edition Riedenburg 2012.

B. Zebothsens, V. Ragosch: **Sternenkinder**. Wenn eine Schwangerschaft zu früh endet. Südwest 2007.

Kinderbücher

D. Meyer: **Sternenschwester**. Ein Buch für Geschwister und Eltern von tot geborenen Kindern. Mabuse 2011

H. Wolter; R. Masaracchia: **Lilly ist ein Sternkind**. Das Kindersachbuch zum Thema verwaiste Geschwister. 2011. Lesealter 3-7 Jahre.

J. Stanko: **Flieg, Hilde, flieg**. 2005. Kinderbuch über den Umgang mit dem Tod.

Links

www.glueckloseschwangerschaft.at

www.stille-geburt.net

www.trauernde-eltern.at

www.initiative-regenbogen.de

www.kindergrab.de

www.veid.de

www.sternenkind.info



Kontakt im Krankenhaus Zams

Gynäkologisch/geburtshilfliche Ambulanz

Ambulanzzeiten: Mo–Fr 08:30–12:00 Uhr

Tel. 05442/ 600 7310 bzw. 600 7311

Außerhalb der Ambulanzzeiten:

05442/ 600 2910 bzw. 600 4610

Email: gynaekologie@krankenhaus-zams.at

Impressum:

A. ö. Krankenhaus St. Vinzenz Betriebs GmbH

Konzept/Text: © Sr. Mag. Barbara Flad, DGKS Andrea Geiger,

Primar Dr. Mark, Mag. Judith Schaller, DGKS Alexandra Struc