

## Når et lille barn dør



Dette materiale er tænkt som et supplement til den mundtlige information, I får på afdelingen. Vores erfaring er, at alt kan virke kaotisk, når man lige har mistet et barn. Derfor kan det være svært at huske alle de mundtlige informationer, som personalet giver. Vi håber, at pjecen kan være nyttig for jer i denne svære tid.

### TANKER OM SORGEN OG SAVNET

Når et lille barn dør, opleves det altid meningsløst og uforståeligt. Som forældre er man hjælpeløse og afmægtige. Alligevel er det almindeligt, at man kan have skyldfølelser. Det tager tid at rumme, at børn kan dø, uden at det er nogens skyld – og alle gjorde det bedste, de kunne.

Når et lille barn dør, er det svært at skulle sige farvel til alle de drømme, der knytter sig til barnet. Kvinder og mænd knytter forskellige drømme til børn, men alligevel er det en utrolig hjælp efter dødsfaldet at fortælle hinanden om disse drømme. Det kan også være med til at styrke fællesskabet om, at I er forældre, selvom I har mistet jeres barn.

Sorg kan alle mærke, men det er forskelligt fra menneske til menneske, hvordan sorg bearbejdes. Ofte har moderen brug for at bearbejde sin sorg ved at tale om barnet. Faderen har ikke altid behov i samme grad, men bearbejder sorgen på anden vis. Dette kan

give misforståelser. Forsøg at acceptere hinandens forskellighed.

Når man mister et lille barn, er minderne ofte få, og alle står med et ønske om at have fået lov til at lære barnet bedre at kende. For at fastholde minderne og bære barnet så tydeligt som muligt, kan I have glæde af at skrive og tale om tiden med barnet. At se billeder også en god hjælp for de fleste. Minderne er ordløse, og man kan føle, at der ikke er så meget at sige. Alligevel ønsker de fleste et fællesskab med andre omkring sorgen og savnet. Nogle giver blandt udtryk derfor udtryk for oplevelse af ensomhed.

Når et lille barn dør, er der ofte kun ganske få, som følelsesmæssigt har nået at knytte sig til barnet. Måske er det kun barnets mor og far. Derfor kan det være, at kun ganske få savner barnet, fordi savn forudsætter, at man har været sammen med barnet.

Med andre ord vil I måske opleve, at familie og venner sørger med jer, men de savner ikke jeres barn. Det kan være grunden til, at livet går hurtigere videre for dem end for jer, og det kan være svært at rumme denne kendsgerning.

Når et lille barn dør vil alle i en eller anden grad blive bekymrede for en eventuel næste graviditet. Det kan give tanker om, hvorvidt I har mod til at blive forældre igen i fremtiden. Hvis disse tanker fylder, er I meget velkomne til at henvende jer til den fødsels- eller børnelæge, som var læge for jeres barn.

## MULIGE CHOKREAKTIONER

At miste et barn er en voldsom oplevelse. Derfor oplever mange såvel fysiske som psykiske reaktioner på selve chokket. For sådanne reaktioner gælder det, at de almindeligvis vil svinde nogle uger efter tabet.

I den første tid efter at have mistet et barn, har mange ikke lyst til – eller husker ikke – at spise, drikke og sove. Hjælp hinanden med at huske det.

At være i en uvirkelighedstilstand, hvor I med jeres forstand ved, at I har mistet jeres barn, men hvor I med jeres følelser ikke kan forstå det, er ikke ualmindeligt. Måske oplever I også helt eller delvist hukommelsestab. At tale hændelsesforløbet igennem mange gange med hinanden er ofte en god hjælp til bearbejdning af den voldsomme oplevelse. De fleste oplever at have én eller anden grad af hukommelses- og koncentrationsbesvær i en periode.

Nogle oplever stor psykisk uligevægt. Andre oplever, at de ikke kan mærke noget som helst. Begge dele kan virke skræmmende, og det kan være svært at genkende sig selv. Oplevelse af angst og kaos kan ligeledes virke overvældende. Her er det en god idé at lave en meget velorganiseret hverdag i en periode.

Ofte vil hændelsesforløbet omkring barnets død trænge sig på som en slags film, der kører, uden af man kan bestemme, hvornår den kommer. Natlige mareridt er også almindelige i en periode. I kan opleve det meget angstfyldt at genopleve hændelsesforløbet på denne måde. Mange har glæde af at dele disse oplevelser med hinanden og andre.

For at give plads til selve sorgen over tabet af barnet, er det vigtigt at få talt om alle de reaktioner, man har, på den voldsomme oplevelse, det er at miste et barn.

## SØSKENDES REAKTIONER

Når en søster eller en bror dør, føler større søskende også sorg. Ligesom voksne, reagerer børn ikke ens. Fælles for de fleste mindre børn er, at deres sorg også viser sig i "klumper". Det er ligeledes almindeligt, at små børn kan få et større behov for speciel

omsorg fra de voksne. De søger efter ekstra trykthed i en periode. Små børn kan også reagere ved at gå lidt tilbage i deres udvikling.

Selv meget små børn kan fornemme, når mor og far er kede af det. Nogle børn kan komme til at føle sig holdt uden for. Prøv at være ærlige, og fortæl, hvad der er sket. Børn danner nemt fantasier omkring døden og det døde barn. Derfor er det vigtigt, at de voksne giver barnet muligheder for at fortælle om sine forestillinger og få svar på sine spørgsmål.

## MENS I ENDNU ER PÅ SYGEHUSET

### At tage afsked med barnet

Giv jer god tid til at sige farvel til jeres barn. Har I større børn, er det vigtigt, at de også får mulighed for at sige farvel til deres lillesøster eller lillebror. Søskende bliver derved inddraget i sorgen og kan lettere forstå alt det, der sker. Det samme gælder den nærmeste familie og venner.

Det er muligt at tage jeres døde barn med hjem i nogle timer, en dag eller indtil begravelsen. Det er jeres barn, og dermed er det jer, der ved, om det vil være rigtigt at tage afsked med barnet i jeres eget hjem. Skal jeres barn obduceres, skal obduktionen foretages, inden I tager det med hjem. Vælger I, at tage jeres barn med hjem, skal I selv sørge for transport. I kan lægge barnet i en lift, og I kan køre i en almindelig bil.

### Navn

Har I ikke nået at give jeres barn et navn, inden det døde, vil det være en god idé at give barnet et navn efter døden. Det vil være lettere at tale om og tænke på barnet, når det har et navn.

Er barnet ikke døbt eller navngivet, mens det var levende, kan I bede om, at dets navn indføres i kirkebogen som et kaldenavn.

### Foto, fod og håndaftryk

På afdelingen tager vi gerne fotografier af jeres døde barn, eventuelt sammen med jer og større søskende.

Der tages digitale billeder, der som regel fremkaldes med det samme. Det er også muligt at tage billeder med jeres eget kamera. Har I svært ved selv at fotografere, vil personalet gerne hjælpe.

Ønsker I ikke at få billederne med det samme, vil billederne blive opbevaret i journalen. I kan få dem udleveret ved den senere samtale med lægen, eller I kan ringe til sekretariatet, og billederne vil blive sendt til jer.

Desuden tages fodaftryk og måske håndaftryk af jeres barn. Trykket laves på et lille stykke stof. Måske er det også muligt at få en lille hårløk fra barnet.

Billeder, fod- og håndaftryk og en lille hårløk skaber og bevarer minder om det barn, I har mistet.

Tøj og eventuelt andre ting, der skal følge barnet I bestemmer selv, hvilket tøj jeres barn skal begravnes i.

Er jeres barn for tidligt født og meget lille, har I måske ikke tænkt på tøj endnu. Der er tid til, at I selv kan købe noget tøj. Ønsker I ikke det, bliver jeres barn klædt i sygehusets tøj, som det også begravnes i.

Ønsker I selv at klæde jeres barn på og lægge det i kisten, kan I aftale tidspunkt med kapellets personale.

Måske har I eller eventuelt søskende lyst til at skrive eller tegne en afskedshilsen. Der kan også være en bamse eller andre ting, som I ønsker, at jeres barn skal have med i kisten. Dette kan efter aftale afleveres til personalet i kapellet.

### **Undersøgelser efter barnets død**

Nogle børn dør uden at den præcise dødsårsag kan angives. En obduktion og/eller en kromosomundersøgelse kan være med til at afklare dødsårsagen. For mange forældre er det vigtigt at vide præcist, hvorfor deres barn døde, og om der er risiko for, at det samme kan ske i en ny graviditet.

Obduktion og/eller kromosomundersøgelse foretages kun, når I har givet tilladelse til det. At give tilladelse kan være en svær beslutning at tage. Det er en god idé at få en samtale med en læge fra afdelingen, så I

kan få en forklaring på, hvad en eventuel obduktion og/eller kromosomundersøgelse på jeres barn kan vise.

### **Obduktion**

Mange ved ikke, hvad en obduktion indebærer, og tager derfor afstand fra det.

En obduktion kan sammenlignes med en operation. Under operationen undersøges de forskellige organer, og der fratages små vævsprøver til undersøgelse. Efter en obduktion vil det være synligt, hvor barnet er opereret og syet. Selvom jeres barn har været til obduktion, kan I se og holde barnet, hvis I ønsker det.

Svar på undersøgelser kan forventes efter 6-8 uger, og I vil blive indkaldt til en samtale med lægen.

### **Kromosomundersøgelse**

Ved kromosomundersøgelse tages en vævsprøve fra akillesenen hurtigst muligt efter barnets død.

Svar på undersøgelser kan tidligst forventes efter 6-8 uger.

### **Overflytning af barnet til sygehusets kapel**

Når I har taget afsked med jeres barn i afdelingen, vil det blive overflyttet til sygehusets kapel, der ligger på Ørstedesvej ved Aalborg Universitetshospital Syd.

Kapellet har åbent for besøgende på alle hverdage kl. 8.00 – 15.00. Har I brug for at se jeres barn igen, kan I ringe direkte til sygehuskapellet og aftale med personalet, hvornår I kan komme.

I skal være forberedte på, at jeres barn ændrer sig. Barnet ligger i et køligt rum i kapellet. Nogle børn bliver blege og andre mere blålige i kuløren, når de bliver afkølet. Tager I barnet op til jer, vil det føles koldt.

Familiemedlemmer, der ikke har set jeres barn, kan eventuelt følge med jer på besøg i sygehusets kapel. Personalet i kapellet hjælper jer gerne tilrette. Har I brug for, at personale fra afdelingen følger jer til ka-

pellet, kan det arrangeres ved henvendelse til afdelingen.

## MODEREN

### Moderens tilstand efter fødslen, når hun har mistet sit barn

Perioden før, under og efter fødslen er fyldt med oplevelser, der præger kroppen. Mange vil efter en fødsel føle tomhedsfølelse og være trætte og prægede af den hormonændring, der sker. Når ens barn dør, kan smerten være så stor, at de fleste mødre både fysisk og psykisk føler sig totalt udmattede. Følelser af vrede kan vende sig mod egen krop, som man føler svigtede.

Selvom du har mistet dit barn, vil du have lidt eller meget mælk i brysterne. Det kan være svært at forstå, at mælken ikke har nogen funktion og at mælken kan løbe til, når du som mor for eksempel tænker på dit barn. Mælkeproduktionen kan stoppes medicinsk. Tabletterne udleveres på sygehuset.

Efter en fødsel er det normalt at bløde 6-8 uger fra såret i livmodervæggen, hvor moderkagen har siddet fast. De første dage minder det om kraftig menstruationsblødning, som efterhånden aftager.

Livmoderen vil efter fødslen trække sig sammen til normal størrelse. Sammentrækningen kaldes efterveer og kan gøre ondt de første dage. Smertestillende håndkøbsmedicin kan hjælpe på smerter i forbindelse med efterveer.

For at få det bedre fysisk og psykisk, er det vigtigt, at du overvinder dig selv til at bruge din krop aktivt igen. Det hjælper at skulle foretages sig noget fysisk, der sigter mod genoptræning af kroppen. Det, der specielt skal trænes op, er de muskler, som har været særligt belastede under graviditeten og fødslen.

## BEGRAVELSE

### Planlægning af begravelse eller bisættelse

Et dødt menneske skal normalt begraves senest otte dage efter dødsfaldet – dødsdagen medregnet. Der

er mulighed for dispensation i tilfælde, hvor særlige forhold taler for det. I har derfor tid til at overveje, hvordan selve højtideligheden ved jeres barns begravelse skal være.

Hvis I ønsker det, kan I selv foretage de praktiske ting i forbindelse med begravelsen. Nogle forældre oplever det som meningsfuldt selv at udføre de praktiske opgaver. Andre har det bedst med at få hjælp. Vælger I at få hjælp fra en bedemand, kan I selv kontakte denne eller bede personalet om det.

Normalt tales der om to former for afskedshøjtidelighed – begravelse eller bisættelse. Ved begravelse nedsættes kisten i jorden på et gravsted eller en fællesgrav på en kirkegård som afslutning på en højtidelighed i kirke eller kapel.

Ved bisættelsen tager I afsked med jeres døde barn i en kirke eller et kapel, hvorefter kisten køres til et krematorium. Jeres døde barn brændes i sin kiste. Derefter samles asken og lægges i en urne. Det tager nogle dage, før urnen kan nedsættes enten i et gravsted eller i en fællesgrav. Her kan I vælge at have en lille højtidelighed ved nedsættelse af urnen.

Ønsker I ikke en præsts medvirken, kan I selv eller en bedemand tilrettelægge en afskedshøjtidelighed fra sygehusets kapel, ved graven eller fra jeres eget hjem.

### Dødsattest

Vælger I at tage jeres barn med hjem, kan I almindeligvis få dødsattesten udleveret, når lægen har undersøgt barnet.

Skal jeres barn i sygehusets kapel, kan dødsattesten afhentes efter henvendelse til kapellets personale. Dette kan normalt tidligst ske den første hverdag efter dødsfaldet.

### Dødsanmeldelse

Dødsfald skal anmeldes til begravelsesmyndigheden, og efter dansk lov skal det ske senest to hverdage efter dødsfaldet.

Har I kontakt til en bedemand, sørger denne for at udfylde dødsanmeldelsen. Ellers fås blanketten på kordegnekontoret, hvor kordegnen eller præsten kan være behjælpelig med at udfylde den.

I skal medbringe følgende papirer:

- Barnets dødsattest
- Barnets fødselsanmeldelse, hvis barnet levede ved fødslen
- Barnets dåbs- eller navneattest, hvis barnet er døbt eller navngivet

Via dødsanmeldelsen underrettes de relevante myndigheder om dødsfaldet:

- Begravelsesmyndigheden
- Folkeregistreret
- Skifteret og det sociale udvalg

Ved dødsanmeldelsen skal I meddele, om I ønsker begravelse eller bisættelse. Skal begravelsen foregå fra sygehusets kapel eller kirkesal, skal der laves aftale med kapellets personale.

## DØDSANNONCE

Det kan være svært at få fortalt omverdenen, at I har mistet jeres barn. For nogle kan det være en hjælp at sætte en dødsannonce i avisen.

### Kiste

Har I selv besluttet at arrangere begravelsen, kan I henvende jer til et bedemandsfirma og købe kisten. Herefter træffes aftale med kapellets personale om, hvornår I kommer med den.

Når I køber en kiste, skal I være opmærksomme på at vælge den rigtige størrelse. Ønsker I, at barnets egen dyne eller flere bamser skal være med sammen med barnet, er der behov for plads.

### Transport af kiste

Loven foreskriver, at transporten af døde skal foregå på værdig vis. Hvis I ønsker det, kan bedemanden

forestå transporten, eller I kan selv transportere kisten til begravelsen.

### Betaling for brug af kirke/kapel

For medlemmer af folkekirken med bopæl i sognet er anvendelse af kirke og kapel til kirkelige handlinger gratis. Personer, der bor uden for sognet, skal nogle steder betale for anvendelse af kirke og kapel. Særlige medvirken af organist og kor samt betaling til kirken aftales i det enkelte tilfælde.

Ønsker I jeres barn begravet på en kirkegård uden for jeres eget sogn, vil der muligvis blive opkrævet ekstra betaling.

Folkekirkens kirkegårde er de almindelige offentlige begravelsespladser. Også personer, der ikke tilhører folkekirken, har ret til at blive begravet på sognets kirkegård.

Sygehusets kapel/kirkesal kan anvendes uden betaling efter aftale med kapellets personale.

### Bisættelsen/begravelseshøjtideligheden

Bisættelsen/begravelseshøjtideligheden aftales med jeres præst. Præsten kan også være en god samtalepartner i tiden efter, at I har mistet og bisat/begravet jeres barn.

Det kan være svært at opfatte ret meget på begravelsesdagen. Spørg præsten, om I kan få talen på skrift, hvis I har et ønske om det.

Har I større børn, er det vigtigt, at de er med til begravelsen, så de føler sig som en del af sorgen. Det kan være en god idé at træffe aftale med familie og venner om at hjælpe jer.

### Gravsted

Hvis jeres barn skal have et gravsted, kan I vælge at finde en sten i naturen, som I kan få en stenhugger til at sætte barnets navn på. Eller I kan bestille en gravsten hos en stenhugger.

Når I har bestemt jer for, hvilken type gravsted, jeres barn skal have, skal kirkegårdskontoret underrettes



herom. I skal medbringe en kopi af dødsanmeldelsen – den kopi, der er påtrykt "Til anmelderen". Uanset om man tilhører folkekirken eller ej, betaler man et beløb for gravning eller kremering samt for gravstedet. Derudover skal I påregne udgifter til kiste og/eller urne samt udgifter til kistepyntning, pyntning af kirken eller kapellet, transport af kisten, gravsten m.m. Ønsker I at forhold jer med asken på anden vis end almindelig nedsættelse (fx at sprede asken over åbent vand), kræver det kirkeministeriets tilladelse.

### Tilskud til begravelse

Efter Sundhedsloven ydes der tilskud til begravelse uanset forældres formue. Taksten er kr. 7.400,- (pr. 1. juli 2008). Der ydes også tilskud til børn født før 22. uge. Begravelseshjælp søges i jeres bopælskommune. Ansøgningseskema fås hos kommunen og kan hentes elektronisk på kommunens hjemmeside, hos kordegnen eller hos bedemanden.

### Sociale rettigheder

Hvis jeres barn er født efter 22. graviditetsuge eller er levendefødt, har man som mor ret til 14 ugers barsel og som far ret til 2 uger. Derefter kan I henvende jer hos egen læge for eventuel yderligere sygemelding. Mor har ret til dagpenge, så længe hun er uarbejdsdygtig.

Har I brug for yderligere oplysninger, er der mulighed for en samtale med afdelingens socialrådgiver.

### Opfølgende samtaler

6-8 uger efter barnets død bliver I indkaldt til samtale. Det foregår med børnelæge og sygeplejerske, hvis jeres barn har været på børneafdelingen, eller med en obstetrisk læge, hvis jeres barn kun har været på fødegangen.

Har I brug for en samtale med børnelægen og sygeplejersken eller den obstetriske læge inden det fastlagte tidspunkt, er I velkomne til at kontakte sekretæren i afdelingen.

Har I brug for samtale med den jordemoder, der var med ved jeres barns fødsel, er I velkomne til at kontakte sekretæren i jordemodercentret.

Alle har mulighed for at blive henvist til psykolog via egen læge og mod en vis egenbetaling. Der ydes tilskud efter Sundhedsloven.

Har eventuelle større søskende brug for psykologsamtaler, er I altid velkomne til at henvende jer til pædagogisk-psykologisk rådgivning i jeres hjemkommune.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har I spørgsmål, er I velkomne til at kontakte os.



### Kontakt

#### Neonatalafsnit 12 og 13

Tlf. 99 32 13 82

#### Fødegangen

Tlf. 99 32 12 78

#### Sygehuskapellet

Tlf. 99 32 31 26

Hverdage 8.00–15.00

#### Aalborg Jordemodercenter

Tlf. 96 33 62 00

Hverdage 9.00–16.00

#### Socialrådgiver

Tlf. 99 32 18 32

Mandag–torsdag 8.00– 5.00

Fredag 8.00–14.00

#### Psykolog

Tlf. 99 32 13 00

Hverdage 8.00–15.00