Verlies van uw kindje

Uw kindje is tijdens of kort na de geboorte overleden of u heeft net van de gynaecoloog gehoord dat uw kindje tijdens de zwangerschap is overleden. Het kan ook zijn dat u de zwangerschap laat beëindigen omdat uw kindje een zeer ernstige afwijking heeft. In alle gevallen moet u direct na deze ingrijpende gebeurtenis veel regelen. Om u hierbij te helpen, ontvangt u deze brochure. De brochure bevat praktische informatie die u in de komende dagen van nut kan zijn en we raden u daarom aan dit te lezen.

Wanneer opname?
Uw gynaecoloog heeft u het slechte nieuws verteld en besprak in grote lijnen met u wat er gaat gebeuren. Meestal is het voorstel om enkele dagen na het gesprek de zwangerschap te laten beëindigen.
Tijdens uw bezoek bij de gynaecoloog is, in overleg met u en de afdeling verloskunde, de datum vastgesteld waarop u voor deze opname wordt verwacht. U krijgt van de arts een tablet mee naar huis, die u twee dagen voorafgaand aan de opname in de avond mag innemen. Dit is ter voorbereiding van de inleiding. Het zorgt ervoor dat de baarmoederhals al wat verweekt.

Begeleiding
U krijgt tijdens de opname met verschillende medewerkers te maken, omdat artsen, verloskundigen en verpleegkundigen in wisselende diensten werken.

Het inleiden van de bevalling
Op de afgesproken dag meldt u zich om 9 uur op de Verloskamers, u mag zich bij het loket op route 29 melden. U wordt daar ontvangen door diegene die u zal begeleiden. Natuurlijk mag uw partner (of een andere naaste) gedurende de hele opname bij u blijven. Na het opnamegesprek krijgt u (vaginale) tabletten om de weeën op gang te brengen. De bevalling vindt dan meestal binnen 24 uren plaats, maar kan ook langer duren.

Orienterend gesprek
Wanneer het mogelijk is, zal u voorafgaand aan de bevalling, een orienterend gesprek krijgen met de verpleegkundige of dokters assistente. Zij zal met u bespreken hoe de dag van de bevalling kan gaan verlopen. Zij geeft u mogelijkheden om thuis over na te denken, zoals het meenemen van een mandje of kistje, een eigen dekentje/lakentje of knuffeltje.
Het is mogelijk, gedurende de tijd op de Verloskamers, u kindje op te baren in water. Hier kan de verpleegkundige u meer over vertellen. Zij zal ook de mogelijkheden bespreken om afscheid van uw kindje te nemen.
Ook is het raadzaam om alvast na te denken of u uw kindje wil laten cremeren of begraven. Voor kinderen die na 24 weken doodgeboren zijn, geldt een wettelijke begraafplicht (of crematie).
U kunt kiezen voor een begrafenis of crematie in eigen omgeving. Een uitvaartverzorger kan dit voor u regelen. CMO is de uitvaartzorg van het Amphia, maar u bent zelf vrij om uw eigen uitvaartonderneming te kiezen. U kunt ook zonder een uitvaartondernemer, direct contact opnemen met de beheerder van een begraafplaats of crematorium. Het is belangrijk om goed na te denken over de manier waarop u de uitvaart wil houden. De kosten voor crematie of begrafenis via een uitvaartondernemer variëren. In de meeste begrafenisverzekeringen zijn ook begrafenis- of crematiekosten voor een levenloos geboren kind meeverzekerd. U kunt hiervoor contact opnemen met uw uitvaartverzekeraar.

Aangifte van een levenloos geboren kindje of geboorte en overlijden, kan gedaan worden door de ouders of iemand anders die bij de bevalling aanwezig was. Dit kan bij de gemeente in Breda.

Pijnbestrijding

Tabletten

Om de pijn van de weeën te verzachten kunnen we beginnen met paracetamol en diclofenac.

Injectie

Ook is het mogelijk om een injectie met een combinatie van een pijnstiller en een spierontspanner toe te dienen zodat u geen of nauwelijks pijn van de bevalling hebt. Van deze injectie kunt u wat slaperig worden.

Infuus

Als bovenstaande niet voldoende is, hebben we nog de mogelijkheid om u pijnstilling te geven door middel van een morfinepompje. Remifentanyl is een morfineachtige pijnstiller die via een infuus gegeven wordt. Via een pompje regelt u zelf uw eigen pijnstilling. Deze pijnstiller werkt zeer snel. De pomp is begrenst, waardoor u een maximale toelaatbare dosis toegediend krijgt. Het middel is snel weer uitgewerkt, wanneer u het niet meer gebruikt. Doordat u wat suf kunt worden, mag u niet meer uit bed komen.

Ruggenprik

De anesthesioloog komt naar u toe om de ruggenprik te zetten. In sommige gevallen, wanneer de anesthesioloog niet naar u kan komen, gebeurt dit op de recovery. Eerst wordt de huid verdoofd, daarna wordt met behulp van een naald een slangetje tussen de ruggenwervels aangebracht. Aan dit slangetje komt een pomp waarmee de pijnmedicatie wordt gedoseerd. De ingreep zelf duurt heel kort, maar na de ingreep wordt u nog een tijdje geobserveerd. Het grote voordeel van deze methode is dat u de weeën niet of nauwelijks voelt. Dit is vooral prettig als de bevalling lang duurt. Een nadeel is echter dat u minder mobiel bent, omdat u minder gevoel in uw benen heeft, waardoor u niet meer uit bed kan. U voelt ook geen aandrang meer om te plassen, met als gevolg dat uw blaas volloopt. Daarom zal er een blaaskatheter ingebracht worden.

Contact met uw kindje

Afhankelijk van de omstandigheden waaronder uw kindje overleed, heeft u dat wel of niet bewust meegemaakt. Misschien was u wel onder narcose of overleed uw kindje tijdens of kort na de geboorte, zonder dat u hem of haar goed heeft gezien. Het zien of vasthouden van uw overleden kindje helpt om een goede herinnering te krijgen. Als u behoefte voelt om uw kind nog eens in de armen te nemen, raden wij u aan dit zeker kenbaar te maken. Ook als er sprake is van zichtbare aangeboren afwijkingen, adviseren wij u uw kind te zien en vast te houden of aan te raken. Het zien en vasthouden blijkt voor velen later een daadwerkelijke troost. Aarzel niet om eventuele andere kinderen en familieleden of vrienden daarbij aanwezig te laten zijn. Ook als u uw kind niet zou willen zien, is daar begrip voor.

Uw kind verzorgen

Als u wilt, kunt u zelf u kindje verzorgen en aankleden. Wilt u hierbij hulp van een verpleegkundige, dan is dat geen probleem. Zij helpen u graag. Houdt u er wel rekening mee dat die kleertjes, afhankelijk van de zwangerschapduur, erg klein moeten zijn. Een andere mogelijkheid is om uw kind in een omslagdoek te wikkelen. Op de afdeling beschikken we over verschillende soorten mandjes om u kindje in neer te leggen. Misschien vindt u het prettig om een knuffeltje bij uw kindje in het mandje te leggen. U kunt zelf ook eventueel een mandje en/of een omslagdoek en knuffeltje meenemen.

Naam geven

Het is prettig als u over uw kind praat om een naam te kunnen noemen. Denkt u erover na of u uw kindje een naam wilt geven.

Foto’s van uw kindje
Het is nu misschien nog een vreemd idee. Toch weten we uit ervaring dat het voor u fijn kan zijn dat u van uw overleden kindje een foto heeft. Het is immers een tastbare herinnering, waarmee u zich een beeld kan blijven vormen van uw kind. Die foto's kunt u zelf met uw eigen toestel maken. Uiteraard zijn wij bereid om u te helpen bij het maken van foto's.

Het is ook mogelijk Stichting STILL, vanaf een zwangerschapsduur van 12 weken of Make a memory, vanaf een zwangerschapsduur van 23 weken, in te schakelen. Dit is een groep van vrijwilligers die kosteloos professionele foto’s kunnen maken.van uw kindje. Zij kunnen de foto’s hier in het Ziekenhuis maken, maar dit kan eventueel ook bij u thuis.

Voetafdrukje en/of haarlokje
Voor de verwerkingkan het belangrijk zijn om tastbare herinneringen aan uw kindje te bewaren. Daarom zal de verpleegkundige, als dit mogelijk is, voetafdrukjes met inkt afdrukken op een kaartje. Als het lukt maken we ook handafdrukjes. Bij een gevorderde zwangerschap is het mogelijk om van uw kindje wat haartjes af te knippen en deze in een potje te bewaren. Dit alles krijgt u samen met een kaartje waarop alle belangrijke gegevens over uw kind en de bevalling staan.

Geestelijke verzorging
Wanneer u tijdens uw opname een gesprek met een medewerker van de pastorale dienst wilt, aarzel dan niet om hier naar te vragen. Dit is altijd mogelijk. Ook als u uw kind wilt laten dopen, kunt u dit met iemand van de pastorale dienst bespreken. U mag natuurlijk ook iemand van uw eigen gemeente of parochie inschakelen.

Opbaren van uw kind in het mortuarium
Met de begravenisondernemer kunt u contact opnemen om het kindje naar het mortuarium te vervoeren om op te baren. Thuis opbaren is natuurlijk ook en optie. De begravenisondernemer kan u hier meer over vertellen.

Obductie
Ondanks uw grote verdriet, zal u moeilijke beslissingen moeten nemen. Zo kan de arts u vragen of u instemt met het verrichten van obductie. Obductie, ook wel sectie of post-mortaal-onderzoek genoemd, wordt alleen uitgevoerd als ouders hiervoor toestemming geven. Obductie is een uitvoerig medisch-chirurgisch onderzoek door een patholoog. Dit is een arts die gespecialiseerd is in het onderzoek van organen en weefsels en in het onderzoek van het lichaam na de dood. Vanzelfsprekend voert de patholoog de obductie met de grootst mogelijke zorgvuldigheid uit.

Net als bij een operatie wordt er een opening naar de inwendige organen gemaakt. De patholoog neemt kleine stukjes weefsel van de organen af die worden bewaard voor verder onderzoek. Dit gebeurt op dezelfde manier als bij weefsel van levende patiënten. In bepaalde gevallen wordt een orgaan in zijn geheel verwijderd en bewaard voor nader onderzoek of klinische nabespreking. Bij onderzoek van de hersenen gebeurt dit altijd omdat dit orgaan niet op een andere wijze onderzocht kan worden. Omdat deze organen dan niet onmiddellijk teruggeplaatst kunnen worden, vindt crematie hiervan op een later tijdstip plaats. Na de ingreep wordt de wond met hechtingen gesloten. Dit gebeurt zodanig dat er na het aandoen van kleren bij uw kindje niets te zien is. Na de obductie kan uw kind dan ook normaal worden opgebaard bij u thuis of in een rouwkamer. Soms kan gedeeltelijke obductie worden gedaan. U kunt in overleg met de arts besluiten zo'n onderzoek te beperken tot een orgaan. Ook kan het onderzoek soms beperkt blijven tot een of enkele puncties waarbij hele kleine stukjes weefsel met een naald worden verwijderd. Zo'n onderzoek levert niet zoveel informatie op als een volledige obductie, maar kan toch zeer nuttig zijn.

De uitslag van zo'n obductie kan u helpen bij het begrijpen en aanvaarden van het overlijden van uw kind. Soms is het onderzoek ook van belang in verband met erfelijke aspecten ten aanzien van

een volgende zwangerschap. Bovendien kan het onderzoek van uw kind bijdragen tot een beter inzicht in ziekten bij pasgeborenen. Indien uw bezwaren heft tegen een obductie, kan u daar uiteraard van afzien. Een ieder zal uw beslissing respecteren. Wanneer er voor obductie gekozen wordt, is het opbaren in water niet mogelijk.

Wanneer krijgt u de uitslag?
De obductie zelf duurt enkele uren. Daarna wordt uw kind teruggebracht naar het mortuarium van het ziekenhuis. Vanuit het mortuarium wordt uw kind naar huis of naar een ander rouwcentrum gebracht. Het volledige onderzoek is dan nog niet klaar. Na ongeveer zes weken is het onderzoek geheel afgerond en heeft de behandelend arts het definitieve rapport. De bevindingen van het onderzoek worden bij het nagesprek met u besproken.

Naar huis
Als het medisch verantwoord is, wilt u waarschijnlijk zo snel mogelijk na de bevalling naar huis. Thuis kunt u uw verdriet beter verwerken. Misschien wilt u echter nog niet naar huis omdat u opziet tegen de leegte die daar op u afkomt. Het met lege handen uit het ziekenhuis komen is ten slotte altijd verdrietig. U had zich de thuiskomst immers zo anders voorgesteld. Toch is het niet goed om alle sporen van de voorbereiding op de komst van uw kind vóór uw thuiskomst al te wissen. Dit onthoudt u de kans om afscheid van uw kindje te nemen. Accepteren dat er werkelijk een kind was, helpt u beter met uw verdriet om te gaan. Er is geen haast; wat u met de kinderspulletjes doet, kan altijd nog worden besloten. De eerstvolgende dagen en nachten zult u doorgaans veel met gedachten over uw kindje bezig zijn. Aarzel niet om bij problemen medische hulp in te schakelen. Wij lichten uw huisarts of verloskundige over uw thuiskomst in. Ook maken we een afspraak voor een controlebezoek en nagesprek bij de Gynaecoloog. De eerste keer zal dit na ongeveer twee weken zijn, de tweede keer na ongeveer zes weken. Uitslagen van onderzoeken komen tijdens het vervolgbezoek aan de orde. Wilt u liever een afspraak met een andere gynaecoloog, omdat u die bijvoorbeeld al langer kent, dan kunt u dit kenbaar maken. Na vier tot zes weken neemt de verpleegkundige, die bij de bevalling aanwezig was, nog eens telefonisch contact met u op. Als u eerder nog dringende vragen heeft, kunt u ons altijd bellen op telefoonnummer: (076) 595 1170.

Kindje mee naar huis
In afwachting van de begrafenis of crematie kunt u er voor kiezen om uw kindje al dan niet mee naar huis te nemen. U mag uw kindje zelf vervoeren. U krijgt dan een verklaring van levenloze geboorte of een verklaring van overlijden uit het ziekenhuis mee. Een andere mogelijkheid is uw kindje door uw eigen begrafenisonderneming naar een ander mortuarium over te laten plaatsen. Ervaring leert dat veel ouders het achteraf goed vonden om hun kind mee naar huis te nemen en daar op te baren. Daar kunt u in alle rust het afscheid voorbereiden en uw kindje zo vaak zien als u wilt.

Lichamelijke reactie
U bent bevallen en daarop zal uw lichaam reageren. Eén van de reacties is dat uw borsten melk gaan aanmaken. Die moedermelk accentueert uw verlies en de leegte die uw kindje achterliet. Net als de naweeën, het vloeien, pijn van de hechtingen en de slapte van uw buik, veroorzaakt dit vaak ook tegenstrijdige gevoelens van verdriet en boosheid op uw lichaam. De melkaanmaak houdt na enige tijd vanzelf op. De arts kan u ook medicijnen geven waardoor de melkaanmaak niet op gang komt. Daarnaast raden we u aan om dag en nacht, gedurende maximaal vijf keer 24 uur, een strakke BH te dragen en zonodig pijnstillende medicijnen te gebruiken.

Tijdens de eerste dagen na de bevalling is het bloedverlies helderrood, zoals bij een hevige menstruatie. U kunt dan ook stolsels verliezen, vaak tijdens het plassen. Na een paar dagen wordt het bloedverlies minder en donkerder van kleur. Het vloeien kan een aantal weken aanhouden. In de eerste 6 weken na de bevalling kunt u uw menstruatie alweer verwachten. Vaak is deze eerste menstruatie wat heviger dan u vooraf gewend was. U mag gewoon douchen. De vagina alleen spoelen met water. Baden mag pas na 2 weken én indien u geen helderrood bloed meer verliest.

Kraamzorg
Als u thuis al kleine kinderen heeft, is het vaak prettig dat er thuis iemand is, die u een aantal zorgtaken uit handen kan nemen en die u een luisterend oor kan bieden. Bij kraamcentra sturen ze in situaties waar het kindje is overleden, indien mogelijk een kraamhulp met ervaring op dit gebied. Heeft u zich voor kraamzorg ingeschreven en vindt u het vervelend om, als u hier geen gebruik van wilt maken, dit af te bellen, dan zal een verpleegkundige dit voor u doen.

Hulp bij verlies
Tot slot willen we u nog een aantal namen geven van instanties waar u voor hulp terecht kunt:

- GGZ Breda
- Pastoor, pastoraal medewerker, dominee, imam, rabbijn
- De Bruijn Psychologie | Zwangerschap en psychische klachten | Trauma | Breda (https://www.debruijnpsychologie.nl/)
- Lisette van Aaken, Verpleegkundig specialist GGZ / Psychologen / Over ons | Stroomlijn | Online psychologie(https://www.onlinepsychologie.nl/over-ons/psychologen/lisette-van-aaken-verpleegkundig-specialist-ggz)
- Kinderwens, miskraam of verlies - Carin van Laarhoven(https://www.carinvanlaarhoven.nl/)
- Verliesbegeleiding – Geboorte- en Trauma Zorg | 'De Lotus' (https://www.delotus.one/verliesbegeleiding/)
- Mama Coaching – Voor jou! (coachingvoormama.nl)(https://www.coachingvoormama.nl/)

Vragen?
Wij wensen u voor de komende tijd veel sterkte toe.
Als u nog vragen heeft, dan kunt u altijd naar de afdeling bellen.
Telefoonnummer: (076) 595 1170.
www.amphia.nl(http://www.amphia.nl)

Kenniscentrum babysterfte:

• https://www.stillelevens.nl/(https://www.stillelevens.nl/)

• Loss-app voor informatie en steun(https://loss-app.info/)

Lotgenoten contact:

• https://www.lieve-engeltjes.nl/(https://www.lieve-engeltjes.nl/)

Opbaren:
• https://www.watermethode.nl(https://www.watermethode.nl/)
Praktische hulp:

• https://steunpuntnova.nl/(https://steunpuntnova.nl/)

Uitvaartzorg:

• https://www.houvast-uitvaartzorg.nl/(https://www.houvast-uitvaartzorg.nl/)

Mandjes en lakentjes:

• https://www.sterrenkindje.nl/(https://www.sterrenkindje.nl/)

• https://kleinafscheid.nl/(https://kleinafscheid.nl/)

• https://www.kindermandjes.nl/(https://www.kindermandjes.nl/)

Fotografie:

• https://stichtingstill.nl/(https://stichtingstill.nl/)

• https://makeamemory.nl/(https://makeamemory.nl/)

Urnen en afdrukjes:

• https://mylittlebear.nl/urnen(https://mylittlebear.nl/urnen)

• https://www.kneedbaresteen.nl/(https://www.kneedbaresteen.nl/)

• https://www.zostil.nl/(https://www.zostil.nl/)

Troostgeschenken:

• https://www.bundeltjegemis.nl/(https://www.bundeltjegemis.nl/)

• https://www.vlinderkusje.nl/(https://www.vlinderkusje.nl/)

Lezen:

• https://www.bruna.nl/boeken/dag-meisje-9789464485714(https://www.bruna.nl/boeken/dag-meisje-9789464485714)

• https://www.bruna.nl/boeken/kom-weer-in-je-kracht-na-verlies-9789083256511 (https://www.bruna.nl/boeken/kom-weer-in-je-kracht-na-verlies-9789083256511)

Lezen voor broertje(s) en/of zusje(s):

• https://www.bruna.nl/boeken/kikker-en-het-vogeltje-9789025867782 (https://www.bruna.nl/boeken/kikker-en-het-vogeltje-9789025867782)

• https://www.bruna.nl/boeken/als-verdriet-op-bezoek-komt-9789025876036 (https://www.bruna.nl/boeken/als-verdriet-op-bezoek-komt-9789025876036)

Meer lezen over gynaecologie in Amphia?

Ga naar afdeling Gynaecologie (https://www.amphia.nl/afdelingen/gynaecologie)