



# **Erste Hilfe im Notfall**

## **Für Fehlgeburt/Todgeburt im Krankenhaus**

### **Woran sollten wir denken?**

Eine Fehlgeburt oder eine Totgeburt kommt immer überraschend, so dass wir meist darauf überhaupt nicht vorbereitet sind. So sind wir erst hinterher dann schlauer.

Eltern sollten sich von ihrem Kind verabschieden. Das lässt sich nicht nachholen. Im Trauerprozess ist es eines der Schlüsselerlebnisse.

Hier findest du Informationen im Notfall für dich als Betroffene und dein Umfeld.

### **Als Gebärende nicht allein im Zimmer bleiben**

Häufig kommen Kinder so früh zur Welt, dass sie einfach keine Chance haben, dies zu überleben. Manchmal sind es auch medizinische indizierte Schwangerschaftsabbrüche. In solchen und ähnlichen Fällen nicht allein ins Krankenhaus fahren, Beistand mitnehmen!

Fehlgeburten, die zu Hause stattfinden, geschehen meist unter Schock – viele Frauen machen dies daher alleine durch. Es ist schwer, dann später aus dieser unfreiwilligen Isolation wieder heraus zu finden. Sage jemandem Bescheid! Rufe deinen Mann oder Partner an. Hol dir jemanden an die Seite.

### **Partner mit ins Zimmer aufnehmen lassen**



Gebärende und Partner sollten im Krankenhaus ein Einzelzimmer erhalten, um dort ungestört sein zu können. Besprich diese Möglichkeit mit deinem Krankenhaus. Viele Krankenhäuser bieten auch eine Seelsorge an – frage danach.

## **Ultraschall**

Bitte um ein letztes Ultraschallbild deines Kindes. Manche Eltern möchten das Sterben ihres Kindes über Ultraschall verfolgen. Dies sollte möglich sein. Die alten Ultraschallbildchen sind wärmeempfindlich. Und verblassen daher mit der Zeit. Denke daran, es zu kopieren oder zu digitalisieren.

## **Deinem Kind einen Namen geben**

Gebe deinem/Eurem Kind einen Namen. Ganz egal, wie klein es vielleicht ist. Es ist einfach nicht schön oder würdig, im Nachhinein immer von "der Fehlgeburt" sprechen zu müssen.

## **Zeit lassen**

Lasse dir Zeit für den Abschied. Wickel das Kind dazu nur in eine Decke, damit das gesamte Kind angesehen werden kann. Ist es bereits angezogen, haben Eltern keine Möglichkeit jedes Detail zu betrachten.

Nur du selbst kannst wissen, wie lange du dafür wirklich benötigst. Lasse dir da nicht hineinreden. Wer nicht gleich Abschied nehmen konnte, kann das auch an späteren Tagen noch nachholen.

## **Abschied auch für Familienangehörige**

Gebe auch Familienangehörigen, Freunden und gegebenenfalls Geschwisterkindern die Möglichkeit, sich zu verabschieden.

## **Eindrücke sammeln**



Schaue dir dein/Euer Kind genau an. Fasse es an, streichle es, nutze alle deine Sinne. Alle fehl- und totgeborenen Kinder duften wunderbar nach Baby. Präge dir den Duft ein.

## **Das Kind selbst versorgen**

Du, dein Partner, eine liebe Freundin oder die Omi können das Kind baden, wickeln und anziehen. Für ganz "Kleine" gibt es auf den Frühchenstationen ganz winzige Windeln, es gibt auch winzige Babykleidung für Frühchen, die man bestellen kann. Ganz frühe Kinder lassen sich wunderschön mit einem kleinen Spitzentaschentuch wickeln. Auch das Versorgen kann noch einige Tage nach der Entbindung geschehen.

## **Fotos machen**

Nicht nur die üblichen Polaroids. Auch wenn du in dieser Situation andere Sorgen hast bedenke, dass die Fotos ihrer Kinder von den verwaisten Müttern im Nachhinein stets heiß geliebt sind. Verschiedene Motive: Allein, auf dem Arm von Mutter, Vater, Großeltern. Vielleicht auch ein Familienfoto. Auch Videos! Bitte einen Freund, die Aufnahmen zu machen, wenn es dir selbst zu viel ist.

Viele Frauen scheuen sich im geeigneten Moment- und sind dann später sehr traurig darüber, keine Fotos zu haben. Bitte in einem solchen Fall deine Hebamme, Fotos zu machen und sie bei sich zu behalten, dann kannst du/könnt ihr später immer noch entscheiden, ob du/ihr die Fotos sehen und behalten möchtet, oder nicht.

Auf folgenden Seiten bieten Fotografen kostenlos an, Sternenkinder zu fotografieren: [www.dein-Sternenkind.eu](http://www.dein-Sternenkind.eu)

Du kannst nun alle Fotos aus dem Krankenhaus in ein Fotoalbum geben, zusammen mit den Fotos deiner Schwangerschaft. So schaffst du dir ein schönes Album voller Erinnerungen an dein/euer Kind.



## **Fuß- und Handabdruck**

Lasse dir Abdrücke der Füßchen und Händchen machen. Das kann die Hebamme tun – z.B. mit einem Stempelkissen. Scheue dich nicht, gegebenenfalls eine gute Freundin zu nachtschlafender Zeit anzurufen, und sie zu bitten, mit einem Stempelkissen in die Klinik zu kommen. Deligiere alles, wozu du dich selbst nicht in der Lage fühlst.

Solltest du noch vor der Geburt stehen, kannst du auch einen Bauchabdruck anfertigen oder den Bauch abzeichnen als Erinnerung.

## **Haarlocke**

Manche Babys haben schon sehr früh viele Haare. Nehme eine Haarlocke als Erinnerung.

## **Namensbändchen**

Lasse dir von der Hebamme ein Namensbändchen für dein Kind anfertigen.

## **Namenskärtchen**

Mit allen Angaben zu Gewicht, Größe, Geburts- und Todeszeitpunkt anfertigen lassen inklusive Name der Hebamme.

## **Urkunde**

Viele Krankenhäuser stellen eine interne Urkunde aus. Dies ist besonders wichtig für Eltern, deren Kinder weniger als 500gr wiegen, denn für sie gibt es keine Sterbeurkunde vom Standesamt.

Hat dein/euer Kind gelebt, dann steht ihm ein Totenschein zu – unabhängig davon, wie klein es war oder wie kurz es gelebt hat. Den Totenschein stellt das Krankenhaus aus. Lass dir auch den ärztlichen Bericht/Geburtsbericht mitgeben oder schicken und gehe diesen mit geschultem Personal (z.B. deiner Hebamme, deinem Frauenarzt) durch.



## **Mit dem Kind allein sein**

Verbringe ausreichend Zeit mit deinem/eurem Kind, auch ohne dass weitere Personen dabei anwesend sind. Jetzt ist die Zeit ihm noch alles zu sagen, was du/ihr ihm mit auf seinen Weg geben möchtest/möchtet.

## **Gefühle leben**

Jedes Gefühl, das wir in einer solchen Situation in uns hoch kommt ist normal und richtig. Ob Schmerz, Ohnmacht, Wut und manchmal auch Humor. Lasse es raus!

## **Fragen, Fragen, Fragen**

Stelle all die Fragen, die dir durch den Kopf gehen: JETZT. Halte mit nichts hinterm Berg.

## **Taufe, Gebet**

Wer möchte, kann sein Kind noch taufen lassen. Für bereits verstorbene Kinder gibt es ein der Taufe entsprechendes Ersatzritual, welches der Priester vollziehen kann. Es gibt auch glaubensunabhängige Verabschiedungsrituale (z.B. schamanisches Taufritual, Namensgebungsrituale etc.).

## **Hilfe hinzuziehen**

Hole dir alle Hilfe, die du und dein Partner benötigst. Einen Seelsorger, eine Hebamme, die dich später auch Zuhause betreut oder einen Trauerbegleiter und Coach.

Die erste Trauerarbeit wird oft über die Hebamme abgebildet. Es ist aber wichtig, sich auszutauschen und sich in fachkundige Hände zu geben. Bitte gute Freunde und Verwandte um die eine oder andere Hilfe, diese sind oft froh, wenn sie wissen, wie sie helfen können. Sind weitere Kinder im Haushalt, bitte um Hilfe für deren Versorgung. Infos auf [www.sternenkinder-hamburg.de](http://www.sternenkinder-hamburg.de)



### **Weitere Adressen:**

- ✓ [initiative-regenbogen.de](http://initiative-regenbogen.de)
- ✓ [verwaiste-eltern.de](http://verwaiste-eltern.de)
- ✓ [rueckbildung-verwaiste-muetter.de](http://rueckbildung-verwaiste-muetter.de)
- ✓ [ohne-dich.de](http://ohne-dich.de)
- ✓ [stillgeboren-hamburg.de](http://stillgeboren-hamburg.de)
- ✓ [sternenkinder-eltern.de](http://sternenkinder-eltern.de)
- ✓ [sternenkinderbruecke.de](http://sternenkinderbruecke.de)
- ✓ [www.hopesangel.com](http://www.hopesangel.com)

### **Obduktion**

Wenn die Ursache für den frühen Tod des Kindes unklar geblieben ist, kann eine Obduktion den Eltern Gewissheit geben. Dabei werden der Körper des Kindes und die Plazenta sorgfältig untersucht.

Wenn die Todesursache durch eine Obduktion geklärt werden kann, bedeutet dies für die Eltern oft eine Entlastung von unterschwelligem oder offenem Schuldgefühlen. Denn manche Eltern fürchten, auf irgendeine Weise zum frühen Tod ihres Kindes beigetragen zu haben. Wenn sich die Eltern ein weiteres Kind wünschen, kann das Obduktionsergebnis helfen, ein mögliches Wiederholungsrisiko besser einzuschätzen. Nicht zuletzt ist eine Obduktion wichtig, wenn die Eltern klären möchten, ob ein medizinischer Behandlungsfehler vorgelegen hat.

Es muss keine Obduktion durchgeführt werden, wenn bereits deutlich ist, dass die Untersuchungsergebnisse keinen Informationsgewinn bringen und keine Konsequenzen haben würden. Dies ist der Fall, wenn beispielsweise schon in der Schwangerschaft eine bestimmte Chromosomenstörung festgestellt wurde, oder wenn die Todesursache offensichtlich ist, wie etwa bei einer Nabelschnurkomplikation.

Grundsätzlich haben Eltern das Recht auf Nichtwissen. Eine Obduktion darf daher nur mit dem ausdrücklichen Einverständnis der Eltern durchgeführt werden. Überlege dir, ob du/ihr eine Obduktion



wünscht, oder nicht, und formuliere dies sehr deutlich. Möglichst vor Zeugen.

Eltern können auch eine eingeschränkte Untersuchung absprechen, bei der zum Beispiel nur die äußere Erscheinung des Kindes mit Fotos dokumentiert wird, nur Röntgenbilder angefertigt oder kleine Gewebeproben aus der Haut (z.B. aus der Ferse) entnommen werden. Es lässt sich auch vereinbaren, dass nur einzelne Organe untersucht werden oder bestimmte Körperpartien, beispielsweise der Kopf, unberührt bleiben sollen.

Auch nach einer Obduktion kann das Kind häufig noch von seinen Angehörigen selbst in den Sarg gelegt und auch zu Hause oder an einem anderen geeigneten Ort verabschiedet werden.

## **Bestatten**

Unabhängig von Reife und Gewicht kann grundsätzlich jedes Kind bestattet werden! Manchmal muss man sich dann aber gegen Widerstände durchsetzen. Informiere dich! Hier sind auch wichtige Informationen für Eltern von Sternenkindern, wie Tipps für die Bestattung und Abschied nehmen.

- [Leona e.V. – Verein für chromosomal geschädigte Kinder](#)
- [Sternenkinder-Hamburg](#)
- [Initiative Regenbogen Glücklose Schwangerschaft e.V](#)
- [Hopes Angel](#)
- [ruhehain.de](#)
- [friedwald.de – Bestattung in der Natur](#)
- [kindergedenkplatz.de – Friedhof Ohlsdorf in Hamburg](#)

## **Geburts- oder Todeskarten**

Viele Eltern haben das Bedürfnis, den Tod ihres Kindes anzuzeigen. Das kann mittels Karten oder einer Zeitungsanzeige geschehen.



## **Erinnerungsstücke aufheben oder schaffen**

Hebe alle Erinnerungsstücke gut auf. Vielleicht schaffst du dir auch welche: z.B. ein Seidentuch in der Mitte durchschneiden, davon eine Hälfte dem Sarg beilegen, die andere zum Kuscheln selbst behalten. Oder: Zwei gleiche Kuscheltiere besorgen. Eines davon behalten. Man kann auch den Bestattungsstrampler in zweiter Ausfertigung für Zuhause besorgen.

## **Musik – CD**

Die meisten von uns verbinden mit bestimmten Musikstücken die Erinnerung an ihr Kind. Manchmal haben wir vielleicht auch in der Schwangerschaft ein bestimmtes Lied immer wieder gehört. Solche Lieder alle auf eine Cassette/CD spielen. Gegebenenfalls auch an Freunde oder Großeltern verschenken.

## **Bilder, Gedichte**

Hebe Bilder und Gedichte auf, die dich an dein/euer Kind erinnern. Male oder schreibe möglichst selbst welche und sammel sie in einem schönen Büchlein.

## **Jahrestage**

Trage den Termine, der im Zusammenhang mit deinem Kind steht im Kalender ein: Geburtstag (bei Geburt) oder erwarteter Geburtstermin oder das Datum der Fehlgeburt

## **Eine Kerze für mein Baby**

Viele Mütter haben eine Kerze für ihr Kind, die sie extra zum Gedenken an ihr Kind angeschafft haben. Manche basteln auch wunderschöne Kerzen dafür selbst. Jeden 2. Sonntag im Dezember wird für alle verstorbenen Kinder eine Kerze angezündet um 19 Uhr als Lichterkette, die um die Welt geht (Weltgedenktag für verstorbene Kinder).



## **Einen Ort zum Trauern schaffen**

Nicht alle Sternenkindereltern haben ein Plätzchen auf dem Friedhof, an dem sie ungestört trauern können. Man kann sich ein solches Plätzchen aber schaffen, sei es Zuhause, im Garten oder in der freien Natur ([www.ruhehain.de](http://www.ruhehain.de), [Friedwald.de](http://Friedwald.de), [www.kindergedenkplatz.de](http://www.kindergedenkplatz.de)).

## **Ein Bäumchen pflanzen**

Pflanze ein Bäumchen für dein/euer Baby. das muss ja nicht unbedingt im eigenen Garten sein. Es gibt viele sagenumwobene Bäume aus Märchen oder Sagen: Aschenputtels Haselstrauch, das Apfelbäumchen aus Frau Holle, die Rosen aus Dornröschen, der Birnbaum des Herrn Ribbek.

## **Plazenta**

Es ist ein uralter Brauch, die Plazenta der Kinder zur Mutter Erde zurückzugeben und dann ein Bäumchen darauf zu pflanzen. Diesen Bäumen wurde dann ein besonders enger Bezug zum Kind nachgesagt.

## **Abschiedsboxen**

Kostenlose Abschiedsboxen mit Kleidung für viel zu früh geborene Sternenkinder ( ab 13-14 SSW) findet man unter anderem auf:

- [www.hopesangel.com/anforderung-erste-hilfe-päckchen/](http://www.hopesangel.com/anforderung-erste-hilfe-päckchen/)
- [www.Klinikaktion.de](http://www.Klinikaktion.de)
- [Sternenwunder & Frühchenzauber e.V.](http://Sternenwunder & Frühchenzauber e.V.)

**Quellen: Abschied kleiner Seelen, [www.sternenkinder-eltern.de](http://www.sternenkinder-eltern.de)**