

Het overlijden van uw kind

Informatie voor ouders



Uw kind komt helaas binnenkort te overlijden. Deze verdrietige gebeurtenis is waarschijnlijk het ergste verlies dat u als ouder/verzorger kan meemaken. Er komt deze periode ontzettend veel op u af. Via deze informatie beantwoorden we graag een aantal vragen die mogelijk op uw af kunnen komen. We willen u helpen in deze verwarrende en emotionele tijd van verlies. Namens alle medewerkers van de afdeling Neonatologie wensen wij u heel veel sterkte en kracht toe.

Het overlijden

In de meeste gevallen is het mogelijk om afscheid te kunnen nemen van uw kind in een aparte kamer (die zich bevindt op de afdeling neonatologie). Natuurlijk krijgt u alle ruimte en tijd: U kunt aangeven wat u het meest prettig lijkt. Het is ook mogelijk (in overleg met de arts of verpleegkundige) om broertjes/zusjes, naaste familie of vrienden uit te nodigen om afscheid te komen nemen of om u te steunen in deze moeilijke fase.

We zullen (in overleg met u) uw kind eerst bij u leggen, met nog alle extra ondersteuning die nodig is. Als u er klaar voor bent, zal de arts of verpleegkundige de extra ondersteuning langzaam weghalen. Om eventueel discomfort of benauwdheid van uw kind te voorkomen, kan de arts nog medicijnen geven. Uw kind zal dan in uw armen komen te overlijden. Hoe lang dat nog duurt nadat de behandeling gestopt is, is niet te zeggen. Uw arts zal regelmatig naar het hart van uw kind luisteren om te bepalen wanneer hij/zij is overleden.

Tijdens het overlijden kan uw kind naar adem lijken te happen, dit wordt gaspen genoemd (uw kind kan daarbij wat geluid maken). Dit is geen effectieve ademhaling meer, maar een reactie van het lichaam. Het gaspen duurt vaak kort. Ook kunnen er nog wat bewegingen optreden, dit zijn stuiptrekkingen van de spieren. De grauwe verkleuring van de huid die meestal ontstaat, zal weer wegtrekken.

Na verloop van tijd zal uw kind kouder gaan aanvoelen. U kunt uw kind wassen en aankleden of in een mooie omslagdoek wikkelen. De verpleegkundige kan u hierbij helpen. Als u geen eigen of passende kleding heeft, dan heeft de afdeling nieuwe kleding en of doeken op voorraad waar u een keuze uit kunt maken (gratis).

Foto en video

Uit ervaring weten wij dat het goed kan zijn om foto's en video's van uw kind te (laten) maken. Deze foto's kunnen later een kostbare herinnering zijn en troost geven. U kunt later altijd zelf bepalen of u er naar wilt kijken en wanneer. Er zijn verschillende stichtingen die foto's rondom het overlijden, voor u op een professionele manier kunnen en willen maken (o.a. Make a memory en stichting Still). Voor meer informatie kunt u terecht bij een verpleegkundige van de afdeling of via social media. Foto's kunt u natuurlijk ook zelf maken of iemand uit u omgeving hiervoor vragen.

Dopen

Als u het wenst, kan uw kind gedoopt worden op de afdeling. De afdeling kan dit voor u organiseren, maar u kunt dit ook zelf regelen.



Informatie en gedachtes opschrijven

Er komt deze periode veel op u af. Informatie kan veel en ingewikkeld zijn. Wij raden u daarom aan om belangrijke informatie, belevenissen, gedachtes en vragen voor de arts op te schrijven. Dit kan u helpen om overzicht te houden. Het kan na de periode van overlijden ook helpen om alles nog eens op een rijtje te kunnen zetten van wat er allemaal gebeurd is.

Kort na het overlijden

Nadat u kind is komen te overlijden, moeten er een aantal dingen worden geregeld. Als de doodsoorzaak niet (helemaal) duidelijk is, kan daar na het overlijden onderzoek naar worden gedaan (bijvoorbeeld door een obductie). De arts bespreekt de mogelijkheden met u. Uw kind zal (in geval van obductie) naar het mortuarium van het ziekenhuis worden gebracht. Na het onderzoek kunt u uw kind daar zelf ophalen of dit door de uitvaartverzorger laten doen. Wilt u uw kind liever zelf ophalen? Bel dan met het mortuarium om een afspraak te maken. Meer informatie over het mortuarium vindt u op de website: <https://www.erasmusmc.nl/nl-nl/patientenzorg/mortuarium>. De contactgegevens van het mortuarium staan ook onder het kopje 'meer informatie'.

Manden

De afdeling heeft manden (in verschillende maten en voorzien van een deksel) waar u uw kind in kunt leggen en hierin mee te nemen naar huis of naar het rouwcentrum. Deze manden zijn gemaakt en aangeboden door stichting Floor de Lis en stichting Vrienden van het Sophia. De manden voldoen aan alle eisen om in begraven of gecremeerd te worden.

Het kiezen van een uitvaartverzorger

U kunt ervoor kiezen om uw kind thuis of in een rouwcentrum te laten opbaren. Hiervoor moet u contact opnemen met een uitvaartverzorger die dit voor u kan gaan regelen. Als u een uitvaartverzekering heeft, dan regelen zij een uitvaartverzorger voor u. Heeft u dit niet, dan kunt u zelf contact zoeken met een uitvaartverzorger. Er zijn uitvaartverzorgers die gespecialiseerd zijn in het begeleiden van uitvaarten voor kinderen. Zij zijn goed op de hoogte van de mogelijkheden voor het afscheid van een kind. Zij kunnen u ook meer informatie geven over verschillende manieren van opbaren. Voor het kiezen van een uitvaartverzorger kunt u ook hulp van vrienden of familie vragen. Voor meer informatie hierover kunt u ook terecht bij www.steunpuntnova.nl/links.

Thuis opbaren

Thuis kunt u uw kind opbaren in een voor u vertrouwde en veilige omgeving. Uw kind is dichtbij, waardoor u nog zoveel mogelijk tijd samen kunt doorbrengen. Als er nog broers en zussen zijn, kan dit voor hen ook fijn zijn. Het kan een belangrijke stap zijn in het rouwproces.

Opbaren in een uitvaartcentrum

U kunt uw kind ook naar een uitvaartcentrum brengen. Samen met een uitvaartverzorger kiest u dan een locatie. In steeds meer uitvaartcentra kan u 24 uur per dag uw kind bezoeken, zonder afspraak. Het is vaak mogelijk om persoonlijke spullen in de ruimte neer te zetten, zoals bloemen, kaarsen foto's en knuffels. Het is eventueel ook mogelijk om uw kind de eerste dagen



thuis op te baren en de laatste dagen in het uitvaartcentrum.

Vervoer naar huis of naar het uitvaartcentrum

U kunt ervoor kiezen om uw kind zelf met de auto naar huis of naar het uitvaartcentrum te brengen, of dit door een uitvaartverzorgers laten doen. Als een uitvaartverzorgers dit gaat doen, dan zullen zij contact opnemen met het mortuarium.

Manieren van opbaren

Er zijn verschillen manieren om uw kind op te baren:

- Babykoeling of koelelementen
- Balseming/thanatopraxie
- Watermethode

De uitvaartondernemer kan u hier meer over vertellen, maar digitaal is er ook informatie over te vinden.

Het stoppen van borstvoeding

Het stoppen van de borstvoeding vraagt tijd en geduld. Te snel stoppen kan pijnlijke stuwings en soms zelfs een borstontsteking veroorzaken. Het kan nog wat moeilijker zijn als het borstvoedingsproces al verder op gang is.

Er zijn drie manieren om de borstvoeding te laten stoppen. Een combinatie van deze drie manieren is ook mogelijk.

- *Kolven bij stuwings*

U gaat alleen kolven op het moment dat uw lichaam aangeeft dat het nodig is, dus als u een vol en drukkend gevoel in de borst heeft. Dan kolft u de borst leeg zodat het comfortabel voelt, het gaat niet om hoeveel u kolft. De tijd tussen de kolfbeurten zal steeds groter worden en uiteindelijk kunt u helemaal stoppen.

- *Steeds kleinere hoeveelheden kolven*

Bij deze manier gaat u door met kolven volgens het schema dat u gewend was, maar kolft u steeds wat minder. Wanneer u bijvoorbeeld gewend was om 100cc af te kolven, stopt u nu bij 80cc en na een paar dagen bij 70cc enzovoort. Neem steeds een aantal dagen de tijd en luister goed naar uw lichaam. Bij ernstige stuwings en rode of harde plekken toch goed leegkolven en rustiger gaan afbouwen.

- *Steeds minder lang koven (tijd)*

Wanneer u gewend bent om een bepaald aantal minuten dubbelzijdig te kolven, haalt u daar steeds wat minuten van af. Neem de tijd en luister goed naar uw lichaam. De eerste dagen gaat u bijvoorbeeld in plaats van 15 minuten 12 minuten kolven, vervolgens acht, daarna vijf... enzovoort.



De volgende tips kunnen helpen:

- Voorkom stimulatie van de borst buiten de kolftijden om
- Draag een goed steunende, maar niet knellende BH.
- Draag zoogkompressen in uw BH. Dit omdat het heel normaal is dat de melk nog toeschiet als u aan uw kind denkt.
- Zorg voor goede pijnstilling; paracetamol of ibuprofen.
- Koude kompressen kunnen de zwelling verminderen en de pijn verlichten.
- Bij ernstige stuwing kunt u eerst warme kompressen op uw borsten gebruiken of een warme douche nemen en daarna met de hand of met een kolf moedermelk afkolven totdat het volle gevoel vermindert; herhaal dit als het nodig is.
- Minder drinken heeft geen effect op het verminderen van de aanmaak van moedermelk en/of stuwing.

Voor meer informatie en/of hulp kunt u ook terecht bij onze lactatiekundige via het mailadres lactatiekundige@erasmusmc.nl of te bereiken onder telefoonnummer 06-29633632.

De periode tot de uitvaart

Het is een zware periode waarin u zich bevindt. Samen met u kijken we graag naar wat we voor u in het ziekenhuis kunnen betekenen.

Herinneringen maken

De periode van het overlijden tot het afscheid bij de uitvaart is kort en heftig, maar kan later ook als heel dierbaar ervaren worden. Dit zijn de dagen dat uw kind fysiek bij u is en u samen nog waardevolle herinneringen kunt maken. Misschien door uw kind vast te houden, nog een keer andere kleertjes aan te doen, in een mooie doek te wikkelen of wat u maar kunt bedenken.

Foto's en video's

Uit ervaring weten wij dat het goed kan zijn om foto's en video's van uw kind te (laten) maken. Deze foto's kunnen later een kostbare herinnering zijn en troost geven. U kunt later altijd zelf bepalen of u er naar wilt kijken en wanneer. Er zijn verschillende stichtingen die foto's rondom het overlijden, voor u op een professionele manier kunnen en willen maken (o.a. Make a memory en stichting Still). Voor meer informatie kunt u terecht bij een verpleegkundige van de afdeling of via social media. Foto's kunt u natuurlijk ook zelf maken of iemand uit u omgeving hiervoor vragen.

Voet- en handafdruk

In het ziekenhuis is er meestal een voet- en/of handafdruk gemaakt van gips en/of inkt. Er zijn speciale bedrijven die 3D afdrucken thuis kunnen komen maken. Het is aan te raden dit de eerste dagen na het overlijden te doen. Op https://steunpuntnova.nl/wp-content/uploads/2019/07/Hulpkaart_2.pdf vindt u nog meer mogelijkheden.

Meerling

Als u een meerling heeft gekregen, waarvan één kind is overleden en uw andere kind of kinderen nog in het ziekenhuis verblijft of verblijven, dan is dit een extra lastige periode. U wilt goed afscheid nemen van uw overleden kind, maar ook bij uw andere kind(eren) zijn. Het is



belangrijk om tijd en aandacht te schenken aan het rouwproces. Ga het gesprek aan met mensen om u heen om te kijken wat er mogelijk is. Soms is het zelfs mogelijk om nog foto's met de kinderen bij elkaar te maken. Als u dit wilt, vraag dan aan de arts en/of verpleegkundige van zaal of dit zou kunnen. Er zijn paarse vlinders op de afdeling aanwezig, die de verpleegkundige op de couveuse of het bedje kunnen plakken ter gedachtenis aan het overleden broertje of zusje.

Aangifte doen van overlijden

De arts geeft een verklaring af van overlijden. Hiermee doet u aangifte van het overlijden bij de Burgerlijke Stand. Dit kan u zelf doen, maar u kunt het ook laten doen door de uitvaartverzorger of een dierbare van u. Als u een trouwboekje heeft, dan kunt u dit eventueel meegeven om uw kind hierin bij te laten schrijven.

Het regelen van de uitvaart

Neem de tijd voor het regelen van de uitvaart. Het kan helpen bij het rouwproces als u de uitvaart zelf regelt. Sommige vinden het prettig om een lijst met wensen voor de uitvaart te maken, zodat u deze met de uitvaartverzorger kunt bespreken. Volg hierin altijd uw gevoel. Het is bijvoorbeeld ook mogelijk om uw kind tijdens de uitvaartdienst in uw armen te houden. In overleg is er vaak meer mogelijk dan u zou denken.

Op www.steunpuntnova.nl/de-uitvaart is meer informatie te vinden over de mogelijkheden rondom de uitvaart. Er staat ook meer uitleg over begraven en cremieren, links naar voorbeelden van verschillende kistjes en mandjes speciaal voor kinderen en ideeën voor kaarten.

Periode na de uitvaart

Als de uitvaart achter de rug is, is het regelen voorbij en breekt vaak een lastige periode aan. Uw toekomst is zo sterk verstoord. Het kan fijn zijn een foto/herinneringsboek te maken en uw herinneringen op te schrijven. Door het volgen van sociale-media kanalen over babysterfte (bijvoorbeeld Stille levens of Steunpunt Nova), kunt u in contact komen met lotgenoten. Dit kan herkenning en troost geven. Op de website <http://steunpuntnova.nl/rouw-en-nazorg/> kunt u ook terecht voor informatie.

Nabellen

Een week of twee na het overlijden zal een verpleegkundige telefonisch contact met u opnemen om te vragen hoe de afgelopen weken zijn verlopen. Dit is meestal een voor u bekende verpleegkundige.

Nagesprek

Ongeveer zes weken na het overlijden nodigen we u uit om terug te komen op de afdeling voor een gesprek met de behandelend arts en een verpleegkundige. Tijdens het nagesprek zal er teruggekeken worden op de periode van opname en het proces rondom het overlijden. Als er nog uitslagen zijn binnengekomen naar aanleiding van onderzoeken die zijn ingezet dan zullen deze ook met u besproken worden. Mocht u nog vragen hebben of feedback willen geven dan kan dat natuurlijk ook. Na afloop van het gesprek zal de verpleegkundige u het dagboekje en een eventuele hand- of voetafdruk van uw kind (indien aanwezig) meegeven.



Huisarts

Uw huisarts is in principe uw eerste aanspreekpunt. Het is goed om met hem/haar te delen wat er gebeurd is. Als u vastloopt in het rouwproces dan kan de huisarts u doorverwijzen naar een psycholoog. Als u een werkgever heeft, kunt u ook een gesprek met de bedrijfsarts aanvragen. Misschien kan de bedrijfsarts u hulp en ondersteuning bieden in het rouwproces. Het rouwproces is een uniek, persoonlijk en verwarrend proces. Iedereen gaat hier anders mee om. Ook een rouwtherapeut kan hierbij ondersteunen. Voor meer informatie: www.steunpuntnova.nl/rouw-en-nazorg.

Verlof

U heeft na het overlijden van uw kind recht op zwangerschaps- en bevallingsverlof van maximaal 16 weken. Als u lang in het ziekenhuis moest blijven, kan dit langer worden dan 16 weken. Als u na het verlof nog niet kan werken, dan kan u zichzelf ziek melden. Het UWV zal dan contact met u opnemen om u uit te nodigen voor een gesprek. Het is hun taak om erachter te komen of u ziekmelding komt door de zwangerschap of bevalling. Als dit zo is, betalen zij uw uitkering door. Als dit niet zo is dan gaat uw werkgever weer salaris uitbetalen. Het UWV weet helaas niet altijd dat uw kind is overleden. Geeft dit daarom meteen aan. Vaak is een afspraak bij het UWV dan niet meer nodig.

Herdenkingsbijeenkomst

In het Erasmus Mc Sophia Kinderziekenhuis wordt er twee keer per jaar een herdenkingsbijeenkomst gehouden voor kinderen die in het ziekenhuis zijn overleden. Deze herdenkingsbijeenkomsten zijn rond juni en november. U zal hiervoor een uitnodiging ontvangen. Ouders, broertjes en zusjes, verdere familie/vrienden en medewerkers van het ziekenhuis zijn allen welkom bij deze bijeenkomst. Het is mogelijk dat u er dan nog voor u bekende artsen en/of verpleegkundigen tegenkomt.

Tijdens de bijeenkomst noemen we de namen van de kinderen en staan we met muziek en verhalen stil bij het gemis. Ongeveer twee maanden voor de bijeenkomst krijgt u een uitnodiging voor deze bijeenkomst. Bij de uitnodigingen zitten kaartjes waarop u de naam van uw kind kunt schrijven met een persoonlijk woord. Als u niet bij de bijeenkomst zult zijn, kunt u ook een kaartje opsturen. De kaartjes komen bij elkaar in een herinneringsboek dat in het Stiltecentrum (van het Sophia Kinderziekenhuis) wordt bewaard. U kunt het Stiltecentrum altijd bezoeken. Het zit op de begane grond van het Sophia Kinderziekenhuis (SK-1).

Voor meer informatie over deze herdenkingsbijeenkomst kunt u terecht bij: Mevrouw J.L. Falkenburgh (geestelijk verzorger Erasmus Mc Sophia) via 010-7036277

Meer informatie Stichtingen

Steunpunt Nova (www.steunpuntnova.nl)
Stichting Make a Memory
(www.makeamemory.nl)
Stichting Still (www.stichtingstill.nl)

Mortuarium Erasmus MC

Bezoekadres: Westzeedijk 361, 3015 AA Rotterdam.
Postadres: Postbus 2040, 3000 CA Rotterdam
Telefoon: +31 (0)10 703 3484



