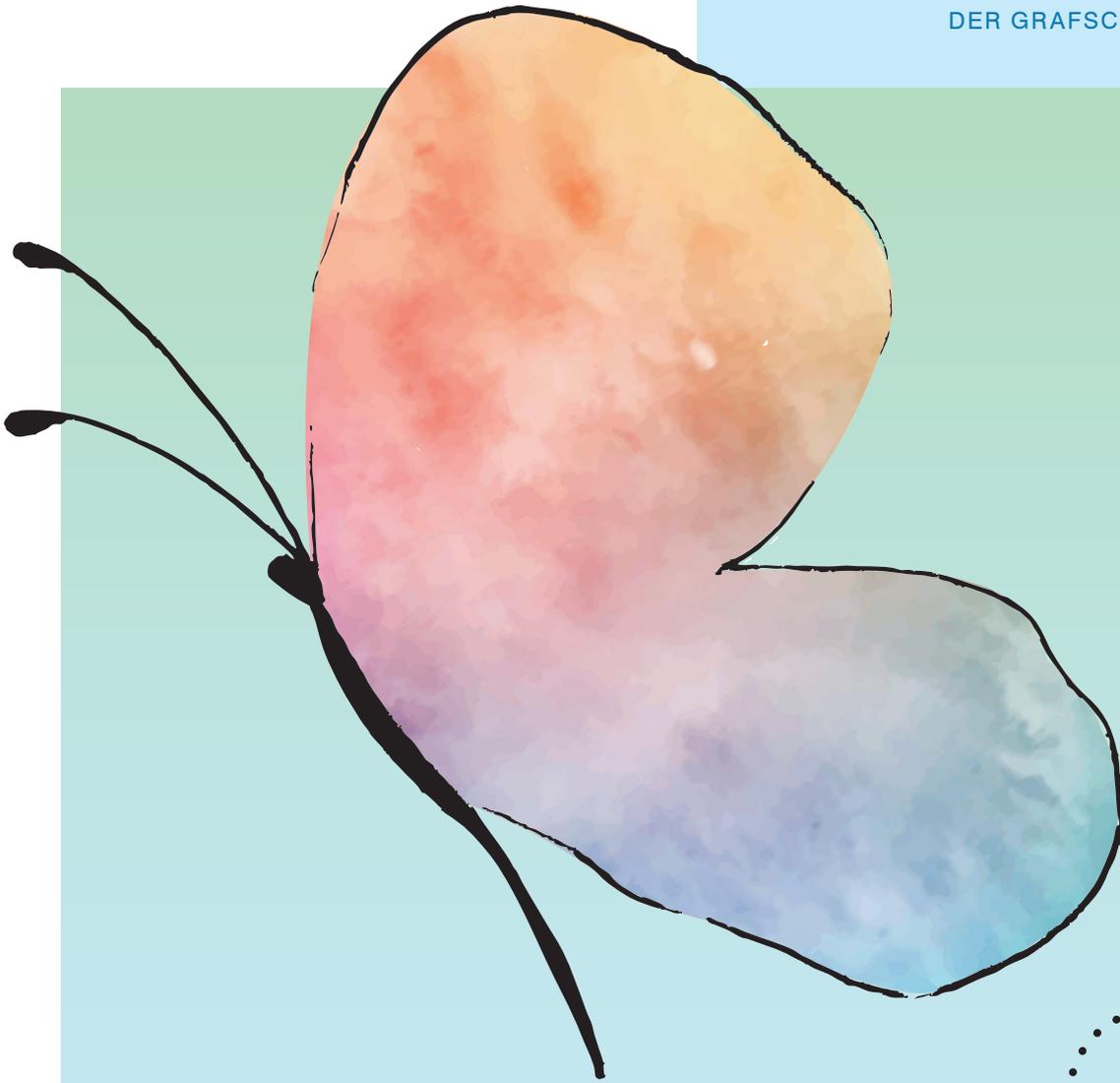
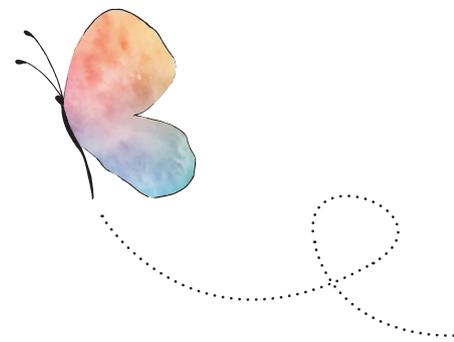




NETZWERK STERNENKINDER
DER GRAFSCHAFT BENTHEIM

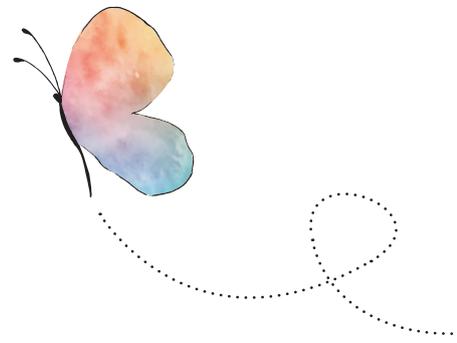


STERNENKINDER KOMPASS



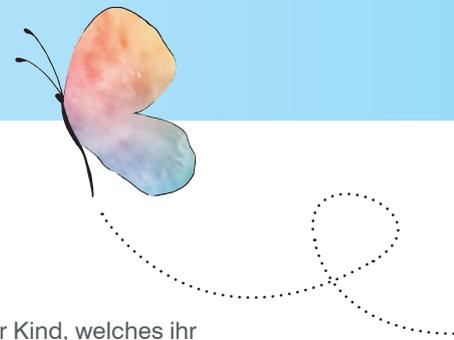
INHALT

■ Vorwort	4
Vorwort Sternenelterngruppe	4
Danksagung Sternenkinder Odenwald und Sterneneltern Saarland	4
Notfallkontakt	4
■ Begriffserklärungen und gesetzliche Definitionen	5
Sternenkinder	5
Stille Geburt	5
Lebendgeburt	5
Totgeburt	5
Fehlgeburt	5
Frühgeburt	5
■ Schwangerschaft	6
Pränataldiagnostik – auffälliger Befund	6
Die wohl schwerste Entscheidung	6
Welche Möglichkeiten gibt es?	6
Weitertragen. Was ist das?	7
Schwangerschaftsabbruch	7
Fetozid	7
Verlust während der Schwangerschaft	8
Frühchen an der Grenze zur Lebensfähigkeit	8
■ Die Geburt	9
Ausschabung – ja oder nein?	9
Stille Geburt	9
Gründe für eine natürliche Geburt	9
Geburtseinleitung	9
Ort und Begleitung während der Geburt	10
Ambulante Geburt	10
Kaiserschnitt	10



■ Abschied nehmen und Erinnerungen schaffen	11
Sehen ist begreifen!	11
Kühlung, CuddleCot und Wassermethode.....	12
Wenn es Zeit wird, zu gehen	12
Anfassbare Erinnerungen	13
Erinnerungsmomente gestalten	13
■ Der Abschied	14
Weiterführende Untersuchungen.....	14
Humangenetische Untersuchung.....	14
Obduktion	14
Namensgebung und Beurkundung.....	14
Ist mein Kind melde- und bestattungspflichtig?	15
Die Wahl des Erdenbettchens	15
Beisetzung eines nicht bestattungspflichtigen Kindes.....	16
Beisetzung eines bestattungspflichtigen Kindes.....	16
Sternenkindergräber in der Grafschaft	16
Den Abschied gestalten.....	17
■ Die erste Zeit nach dem Verlust	18
Hebammenanspruch	18
Mutterschutz und Kündigungsschutz.....	18
Trauerarbeit	19
■ Geschwisterkinder	20
■ Wie können Angehörige und Freunde helfen?	21
Dos	22
Dont's	22
Spickzettel für den Umgang mit trauernden Sternenealtern	22
Wichtige Telefonnummern und E-Mail-Adressen	23
Örtliche Kontaktdaten	23
Deutschlandweite Vereine	23

VORWORT



Liebe Eltern, liebe Angehörige,

plötzlich steht die Zeit für einen Moment lang still und alles ist anders als erhofft. Euer Kind, welches ihr sehnsüchtig erwartet habt, darf leider nicht bei euch bleiben. Ihr müsst Abschied nehmen, obwohl doch eigentlich der Start in ein gemeinsames Leben bevorstand. Nun kommen unzählige Fragen auf euch zu, über die ihr euch vermutlich noch nie Gedanken habt machen müssen. Die Begleitung und Betreuung von Sternenkindern, ihren Eltern und Angehörigen ist für unser Netzwerk Sternenkinder eine Herzensangelegenheit.

Mit diesem Sternenkinderkompass möchten wir euch eine zusätzliche Hilfe in dieser schwierigen Zeit an die Hand geben. So könnt ihr wichtige Informationen zu jeder Zeit nochmal nachlesen. Sollten nach Durchsicht dieses Sternenkinderkompasses noch Fragen offen sein, zögert bitte nicht, uns persönlich anzusprechen. Die entsprechenden Kontaktdaten findet ihr zusammengefasst am Ende.

Euer Sternenkind hat euch zu Eltern gemacht, es ist und bleibt ein Teil eurer Familie, ein Teil eures Lebens.

Ich wünsche euch viel Kraft in dieser Zeit.

Sara Veldhuis

(Oberärztin Gynäkologie und Geburtshilfe, EUREGIO-KLINIK Nordhorn)

Vorwort Sternelterngruppe

Liebe Eltern, liebe Angehörige,

als wäre der Verlust nicht schon schlimm genug, steht ihr nun vor einer Wand aus Fragen, Entscheidungen, gesetzlichen Fachwörtern und Definitionen. Um euch durch diesen Dschungel zu begleiten, euch eine Stütze zu sein und um euch mit Rat und Tat zur Seite zu stehen, haben wir diesen Sternenkinderkompass als Leitfaden für die schwerste Zeit eures Lebens erstellt.

Danksagung Sternenkinder Odenwald und Sterneltern Saarland

Wir bedanken uns ganz herzlich beim Sternenkinderzentrum Odenwald e. V. und beim Sterneltern Saarland e. V., mit deren Unterstützung wir diesen Kompass erstellen durften.

NOTFALLKONTAKT

Im Notfall wendet euch bitte an den Kreißaal der EUREGIO-KLINIK Nordhorn, Telefon 05921 84-2550.

BEGRIFFSERKLÄRUNGEN UND GESETZLICHE DEFINITIONEN



In Deutschland wird die Schwangerschaftswoche (SSW) ab dem 1. Tag der letzten Monatsblutung berechnet (p. m. = post menstruationem). Beispiel: Eine Frau, die 8 Wochen und 2 Tage schwanger ist, befindet sich demnach in der 9. SSW (=8+2).

Sternenkinder

Sternenkinder sind Kinder, die vor, während oder kurz nach der Geburt verstorben sind. Eltern, die ihr Kind viel zu früh verloren haben, werden als Sterneneitern, Sternemama oder Sternepapa bezeichnet. Für diese Kinder gibt es viele Namen. Manchmal werden sie auch Schmetterlingskinder oder Engelskinder genannt. Wir verwenden in unserem Kompass den Begriff Sternenkind.

Stille Geburt

Oft fällt in diesem Zusammenhang auch der Begriff „stille Geburt“. Dieser Begriff wird verwendet, wenn ein Kind still, also bereits verstorben, zur Welt kommt, denn dann herrscht im Kreißsaal Stille. Der lang ersehnte erste Schrei fehlt.

Lebendgeburt

Lebend geboren ist ein Kind, das unabhängig von seinem Gewicht nach der Geburt eines der folgenden Lebenszeichen aufweist:

- _ Herzschlag
- _ Pulsieren der Nabelschnur
- _ Lungenatmung

Totgeburt

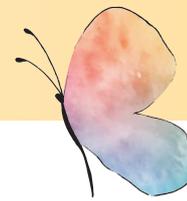
Als tot geboren oder während der Geburt verstorben gilt ein Kind, bei dem keines der genannten Lebenszeichen erkennbar ist, das ein Geburtsgewicht von mindestens 500 Gramm aufweist oder die 24. SSW erreicht hat (unabhängig vom Geburtsgewicht).

Fehlgeburt

Eine Fehlgeburt liegt vor, wenn das Kind bei der Geburt unter 500 Gramm wiegt, vor der 24. SSW zur Welt kommt und keine Lebenszeichen vorhanden sind.

Frühgeburt

Eine Frühgeburt bezeichnet ein frühgeborenes Kind unter 2.500 Gramm Geburtsgewicht bis zur 37. SSW. Auch ein tot geborenes Kind von mindestens 500 Gramm bis 2.500 Gramm gilt als Frühgeburt.



Pränataldiagnostik – auffälliger Befund

Bei einigen Schwangeren werden bei Routineuntersuchungen durch den Frauenarzt oder die Frauenärztin Auffälligkeiten am Kind festgestellt. Daraufhin werden sie an einen Pränataldiagnostiker überwiesen. Einige Frauen werden aufgrund ihrer Vorgeschichte vorsorglich dorthin überwiesen. Wieder andere Paare entscheiden sich auch ohne einen Verdacht oder eine konkrete Vorgeschichte für eine zusätzliche Untersuchung bei einem Spezialisten.

Die Untersuchung beim Pränataldiagnostiker ist eine Beratung im Sinne des Gendiagnostikgesetzes (GenDG). Hiernach können weitere vorgeburtliche Untersuchungen erfolgen. Liegt nach diesen ein auffälliges Ergebnis vor, steht jeder Schwangeren eine Beratung und Aufklärung gemäß des Schwangerenkonfliktgesetzes (SchKG) zu. Themen wie z. B. das Weitertragen oder ein Schwangerschaftsabbruch können dort detailliert besprochen werden.

Die Zeit zwischen dem ersten Verdacht und der endgültigen Diagnose ist belastend und kräftezehrend. Es können Tage oder sogar Wochen vergehen, bis die Testergebnisse da sind. Bis zuletzt bleibt die Hoffnung auf gute Nachrichten – doch leider erfüllt sich die Hoffnung nicht immer. Einige Kinder sind bereits im Mutterleib nicht gesund oder haben infauste, nicht lebensfähige Diagnosen. Manchmal überschattet die Trauer über die Diagnose die Freude auf das Kind. Mit der Diagnose kommt die Angst und es kommen die vielen Fragen, die beantwortet werden wollen.

Meistens kommen diese erst nach den Beratungsgesprächen auf. Daher solltet ihr euch als betroffene Eltern diese Fragen notieren und in nachfolgenden Gesprächen klären. Es kann unter anderem auch hilfreich sein, sich eine Zweitmeinung bzgl. des Befundes einzuholen. Nur wenn alle Fragen und alle Zweifel aus der Welt geschafft sind, kann eine für die Situation passende Entscheidung getroffen werden.

Die wohl schwerste Entscheidung

Setzen wir die Schwangerschaft fort?

Vor dieser Entscheidung steht ihr als Eltern nach einem auffälligen Befund bei eurem Kind. Es ist die wohl schwerste Entscheidung eures Lebens. Eine Entscheidung, die man niemandem wünscht. Diverse Faktoren spielen nun eine Rolle, um die für euch richtige Entscheidung zu finden:

- _ Wie hoch stehen die Chancen für ein Überleben unseres Kindes?
- _ Welche Prognosen gibt es zur Lebensqualität?
- _ Wäre die Familie der Situation gewachsen?
- _ Wie verlässlich ist das Ergebnis der pränatalen Diagnostik?

Viele Fragen müssen bedacht werden und es darf nicht vorschnell gehandelt werden, denn besonders ein Schwangerschaftsabbruch ist eine endgültige Entscheidung.

WELCHE MÖGLICHKEITEN GIBT ES?

Nach einer schwerwiegenden Diagnose bei eurem Kind habt ihr verschiedene Möglichkeiten, wie euer Weg weitergehen soll. Kinder können trotz einer infausten, nicht lebensfähigen Diagnose weitergetragen werden. Auch ein Schwangerschaftsabbruch durch eine eingeleitete Geburt oder einen Fetozid sind Optionen, die in Betracht gezogen werden können.



Weitertragen. Was ist das?

Das heißt, dass ihr eurem Kind mit einer schwerwiegenden Diagnose, die die Lebenszeit eures Kindes minimiert, die Möglichkeit gebt, seinen oder ihren Weg selbst bestimmen zu dürfen. Es darf im Bauch der Mutter weiterwachsen und hat trotz der Diagnose die Chance, leben zu dürfen.

Leider schlagen auch heute noch viele Fachärzte betroffenen Eltern diesen Weg nicht vor, da er für sie persönlich keine Option ist. Allerdings ist es wichtig, dass Eltern auch über diese Option informiert werden und sie in ihre Entscheidung mit einbeziehen können.

Lasst euch beraten und sprecht ggf. mit anderen Betroffenen, die sich für das Weitertragen (vielleicht sogar mit der gleichen Diagnose) entschieden haben.

Auch wenn ihr euch für das Weitertragen eures Kindes entschieden haben solltet, kann euer Kind während der Schwangerschaft, unter oder kurz nach der Geburt oder nach einigen Monaten oder Jahren versterben. Seid euch dessen bewusst und klärt für den Fall der Fälle schon während der Schwangerschaft wichtige Fragen, wie z. B.

- _ Wollen wir eine palliative Geburt?
- _ Wollen wir die Maximalversorgung für unser Kind?
- _ Welche Hilfen stehen uns zur Verfügung, wenn unser Kind verstirbt oder schwerstbeeinträchtigt zur Welt kommt?
- _ Wie möchten wir unser Kind bestatten lassen, falls es frühzeitig verstirbt?

Das Weitertragen ist ein schwerer, kräftezehrender und anstrengender Weg, aber er wird mit Zeit belohnt, die ihr zusammen mit eurem Kind haben werdet. Zeit, die euch niemand wiedergeben kann.

Auch während des Weitertragens könnt ihr euch jederzeit für einen Schwangerschaftsabbruch entscheiden, wenn ihr euch umentscheidet.

Schwangerschaftsabbruch

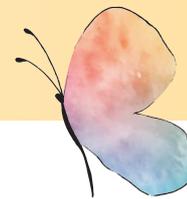
Wenn ihr euch für die Beendigung der Schwangerschaft entscheidet, müssen bestimmte gesetzliche Grundlagen eingehalten werden. Bevor ein Abbruch durchgeführt werden kann, muss euch eine Bedenkzeit von mindestens drei Tagen gewährt werden. Je nachdem, wie weit die Schwangerschaft vorangeschritten ist, erfolgt entweder eine Ausschabung oder eine stille Geburt.

Fetozid

In manchen Fällen kann ein Fetozid durchgeführt werden. Dem ungeborenen Kind wird mittels einer Injektion ein Medikament verabreicht, welches den Herzschlag bereits im Mutterleib zum Stillstand kommen lässt.

WÄGT EURE MÖGLICHKEITEN AB UND NEHMT EUCH ZEIT.

Hört auf euer Bauchgefühl und lasst euch zu nichts drängen. Ihr müsst hinter der Entscheidung stehen und mit dieser leben können! Ganz egal, für welchen Weg ihr euch als Eltern entscheidet – es ist der richtige Weg! Ihr gebt eurem Kind unendlich viel Liebe und trifft die Entscheidung nicht leichtfertig. Das ist das Wichtigste!

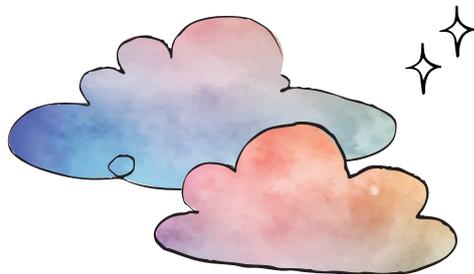


Verlust während der Schwangerschaft

Leider kommt es gar nicht so selten vor, dass es zu einer Fehlgeburt kommt oder dass ein Kind im Mutterleib verstirbt. Medizinisch werden diese Situationen als Abort oder intrauteriner Fruchttod bezeichnet. Die Frage nach dem „Warum?“ lässt sich in den meisten Fällen nicht eindeutig klären. Ursächlich können zum Beispiel genetische Anomalien oder schwerwiegende Fehlbildungen des Kindes, mütterliche Erkrankungen oder Fehlbildungen der Gebärmutter, aber auch akute Ereignisse (z. B. Nabelschnur- oder Plazentakomplikationen) sein.

Je nachdem, unter welchen Umständen das Versterben des Kindes festgestellt wird, bleibt euch mehr oder weniger Zeit, das Erlebte zumindest ansatzweise zu begreifen. Uns ist bewusst, dass ihr euch in diesem Augenblick in einem Schockzustand befindet. Dennoch seid ihr nun gezwungen, euch mit Fragen auseinanderzusetzen, über die sich niemand Gedanken machen möchte.

Nicht immer ist ein direktes Eingreifen oder eine stationäre Betreuung notwendig. Solange keine Gefahr für die Gesundheit der Mutter besteht, könnt ihr euch eine Bedenkzeit nehmen. Nehmt euch so viel Zeit, wie ihr braucht! Sie ist unwiederbringlich und entscheidend für die weitere Verarbeitung und den Umgang mit der Trauer.



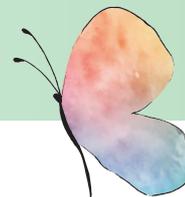
**ÄUSSERT UNBEDINGT
EURE WÜNSCHE UND
ÄNGSTE UND FRAGT BEI
UNKLARHEITEN NACH!**

Frühchen an der Grenze zur Lebensfähigkeit

Manchmal lässt sich eine frühe Frühgeburt trotz rechtzeitiger Vorstellung im Krankenhaus nicht aufhalten. Wenn sich die Schwangerschaft in dieser Zeit zwischen der 22+0 SSW und 24+0 SSW befindet, dann spricht man von einem „Frühchen an der Grenze zur Lebensfähigkeit“.

In dieser Situation betreuen wir euch in enger Zusammenarbeit mit den pädiatrischen Kolleginnen und Kollegen. Nach ausführlicher Aufklärung und Beratung legen wir gemeinsam das weitere Vorgehen für den Umgang mit eurem Kind fest (palliativ begleitende Betreuung vs. Maximaltherapie).

DIE GEBURT



Ausschabung – ja oder nein?

Wenn euer Kind in den frühen Schwangerschaftswochen (< 12. SSW) verstirbt, überweisen niedergelassene Gynäkologen häufig zur Ausschabung (Abrasio/Kürettage) ins Krankenhaus.

Im Rahmen dieses operativen Eingriffs wird das Kind samt des weiteren Schwangerschaftsgewebes unter Vollnarkose aus der Gebärmutter entfernt. Dieser Eingriff ist, sofern kein dringender medizinischer Grund vorliegt (z. B. hohes Fieber, starke Blutung etc.), nicht zwingend erforderlich. Es kann sich auch für eine medikamentöse Einleitung entschieden werden. Sollten nach dem natürlichen Abgang der Schwangerschaft noch Reste in der Gebärmutterhöhle verbleiben, ist eine Ausschabung im Verlauf trotzdem erforderlich.

Stille Geburt

Ab einer gewissen Größe des Kindes (ca. > 12. SSW) ist eine alleinige Ausschabung nicht mehr möglich. Das Kind muss dann auf natürlichem Weg geboren werden. Da bei der Geburt eines verstorbenen Kindes der erste Schrei ausbleibt, spricht man von einer „stillen Geburt“.

Die Geburt findet stationär statt. Die Unterbringung erfolgt immer in einem Einzelzimmer. Wenn der Wunsch besteht, kann dein Partner bzw. deine Partnerin gerne dauerhaft bei dir bleiben oder jederzeit zu Besuch kommen. Auch eine andere Person als der Partner kann dich während der Geburt begleiten; wichtig ist, dass du dieser Person vertraust und dass diese Person dich hilfreich unterstützen kann. Die Möglichkeiten variieren von Klinik zu Klinik und sollten vor Ort besprochen werden.

Gründe für eine natürliche Geburt

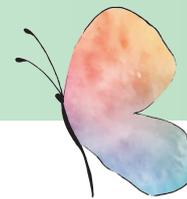
Viele Mütter sind von der Vorstellung, ihr Kind tot zur Welt bringen zu müssen, erst einmal geschockt und wünschen sich einen Kaiserschnitt. Doch auch wenn der Kaiserschnitt heutzutage bedeutend sicherer geworden ist als früher, birgt er für die Mutter ein höheres Risiko als eine vaginale Geburt. Auch die möglichen Folgen für eine erneute Schwangerschaft und Geburt sind nicht zu unterschätzen. So wird eine Folgeschwangerschaft nach einem Kaiserschnitt nach ca. zwölf Monaten empfohlen. Durch die Operation wird dem Körper eine große Wunde zugefügt, wodurch ein längerer Krankenhausaufenthalt vonnöten ist, gefolgt von einer längeren Zeit der Wundheilung.

Abgesehen davon empfinden betroffene Mütter auch eine stille, vaginale Geburt als einzigartige Erfahrung, welche für den weiteren Trauerprozess hilfreich und auch heilsam sein kann. Durch die vaginale Geburt kann die Mutter die letzten Momente der Schwangerschaft intensiv erleben, ihr Kind direkt sehen und berühren und sich nach der Geburt zeitnah und in Ruhe verabschieden. Auch für den Partner kann das Beisein bei der Geburt eine wertvolle Erfahrung sein.

Ihr habt als Eltern die Möglichkeit, euch kleine, besondere Details eures Kindes einzuprägen, welche später sehr helfen werden. Diese ersten und zugleich letzten Momente sind unglaublich kostbar!

Geburtseinleitung

Die Geburt eines verstorbenen Kindes muss nicht unmittelbar nach der Feststellung, dass das Herz nicht mehr schlägt, eingeleitet werden. Ihr habt Zeit, euch mit dieser neuen, unbegreiflichen Situation auseinanderzusetzen, solange kein gesundheitliches Risiko besteht. Sobald ihr euch für die Geburt bereit fühlt oder wenn es zum Wehenbeginn kommt, solltet ihr euch im Kreißsaal zur stationären Aufnahme vorstellen. In einem ausführlichen Gespräch werden wir euch die Möglichkeiten und den Ablauf einer Geburtseinleitung erklären. Ebenso werden wir über die Möglichkeiten der ausreichenden Schmerzstillung unter der Geburt aufklären.



Wie bei der Geburt eines lebenden Kindes achten wir bei der stillen Geburt darauf, dass der Mutterkuchen (Plazenta) vollständig geboren wird. Sollte dies nicht der Fall sein oder sollte die Plazentageburt komplett ausbleiben, ist eine Bergung der Plazenta mit Ausschabung der Gebärmutterhöhle in Narkose (Vollnarkose oder Teilnarkose) notwendig. Je jünger die Schwangerschaft und somit auch die Plazentareifung ist, desto höher ist das Risiko, dass solch ein Eingriff erforderlich ist. Hierüber informieren wir euch individuell.

Ort und Begleitung während der Geburt

In der Regel begleiten wir die stille Geburt im Kreißsaal. Manchmal geht die Geburt allerdings so schnell (gerade in den früheren SSW), dass diese im Patientenzimmer auf der Station stattfindet. Wir versuchen, so viel Ruhe wie möglich für euch zu schaffen. Dennoch ist es nicht ganz auszuschließen, dass ihr andere Mütter und deren Kinder hören werdet. Während der Geburt wirst du von unseren Hebammen und Ärzten begleitet. Wenn nach der Geburt ein Eingriff in Narkose notwendig sein sollte, dann kommen unsere Kollegen der Anästhesie dazu.

BITTE SPRECHT FREI UND OFFEN ...

... mit uns über eure Wünsche und Vorstellungen für die anstehende Geburt.
Diese werden wir, soweit es uns möglich ist, umsetzen.

Ambulante Geburt

Auch im Falle der stillen Geburt hast du die Möglichkeit, ambulant zu entbinden. Dies bedeutet, dass du ausschließlich für die Geburt im Kreißsaal bist und ein paar Stunden nach der Geburt bereits nach Hause gehen kannst. Wenn eine Geburtseinleitung durchgeführt wird, dann wirst du für die Zeit bis zur Geburt stationär aufgenommen, kannst aber auch nach der Geburt zeitnah entlassen werden.

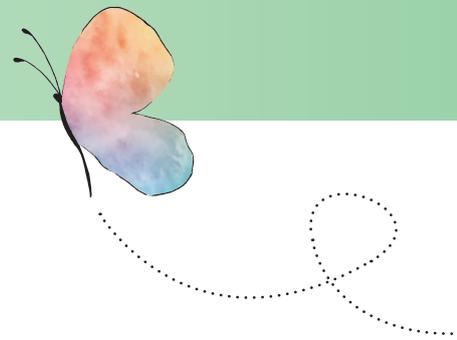
Wir besprechen natürlich immer, ob es gesundheitlich unbedenklich ist, entlassen zu werden. Ebenso klären wir über Alarmsymptome auf und informieren über die Notfallkontakte.

Kaiserschnitt

In manchen Fällen ist ein Kaiserschnitt medizinisch begründet notwendig oder der Wunsch besteht auch nach ausführlicher Aufklärung über die möglichen Komplikationen und Risiken. Wir erläutern den genauen Ablauf vor, während und nach dem Kaiserschnitt. Idealerweise solltest du auch bei einem Kaiserschnitt von einer vertrauten Person begleitet werden. Je nach Situation und den Wünschen ist ein Kaiserschnitt in Teil- oder Vollnarkose möglich. Hier wirst du individuell beraten.

Bei einem Notkaiserschnitt (unverzögliche Entbindung des Kindes) bleibt oft nur wenig Zeit, alles vorab ausführlich zu erklären und zu besprechen. Zudem ist immer eine Vollnarkose vonnöten. In diesem Fall nehmen wir uns nach der Geburt in Ruhe Zeit, die Situation zu besprechen.

ABSCHIED NEHMEN UND ERINNERUNGEN SCHAFFEN



Es gibt Momente, die die Zeit für einen kurzen Augenblick anhalten. Die Geburt eures Kindes ist einer davon. Auch wenn die Trauer mit der Geburt einherging, weil der Kreißsaal still blieb und kein Schrei eures Kindes ertönte, seid ihr jetzt Eltern eines wunderschönen Kindes. Ihr seid Mama und Papa! Nehmt euch Zeit, um die Momente mit eurem Kind in euch aufzusaugen und um Erinnerungen zu schaffen. Denn die Zeit, die ihr jetzt zusammen mit eurem Kind habt, kann euch niemand wiedergeben. Ihr werdet nur diese kurze gemeinsame Zeit zusammen haben.

**STERNENKINDER KÖNNEN KEINE ERINNERUNGEN
AN SICH SCHAFFEN, UMSO WICHTIGER IST ES,
DASS WIR ES FÜR SIE MACHEN!**

Wir geben uns die größte Mühe, ganz individuell auf euch und eure Wünsche einzugehen. Euch als Eltern – und wenn gewünscht auch weiteren Familienmitgliedern – wollen wir so viel Zeit wie möglich mit eurem Kind geben. Auch mit eurem still geborenen Kind könnt ihr in Körperkontakt treten. Ganz individuell wird man euch hier unterstützen. Ihr könnt mit eurem Kind kuscheln, es streicheln und küssen. Bei sehr frühen Verlusten kann euch euer Kind in die Hand gelegt werden.

Vielleicht scheut ihr euch zunächst, euer totes Kind zu sehen oder anzufassen. Die betreuende Hebamme kann das in eine Decke oder in ein „Schiffchen“ gelegte Kind zunächst liebevoll beschreiben und später vielleicht einen Fuß oder die Hand aufdecken, um euch behutsam Schritt für Schritt an euer Kind heranzuführen.

Sehen ist begreifen!

Wenn ihr in der Klinik bleiben möchtet, ist es möglich, dass euer Kind die ganze Zeit bei euch auf dem Zimmer sein kann. Euer Patientenzimmer wird dezent mit einem Schmetterling gekennzeichnet, damit jeder, der mit euch in Kontakt kommt, Bescheid weiß, dass ihr Eltern eines Sternenkinds seid.

Grundsätzlich hättet ihr ebenfalls die Möglichkeit, mit eurem verstorbenen Kind nach Hause zu gehen. Dabei sind folgende gesetzliche Bestimmungen zu berücksichtigen:

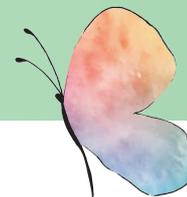
Kind ist melde- und bestattungspflichtig (> 24 SSW, > 500 g, Lebenszeichen)

- _ In Absprache mit eurem Bestatter könnt ihr euer Kind bis zu 36 Stunden mit nach Hause nehmen.
- _ Euer Kind muss vom Bestatter transportiert werden.

Kind ist nicht melde- und bestattungspflichtig

- _ Ihr könnt euer Kind mit nach Hause nehmen und auch selber transportieren.

(Quelle: BestattG Niedersachsen, §7 Aufbewahrung und Beförderung, 2006)



Kühlung, CuddleCot und Wassermethode

Nach einiger Zeit beginnt der kleine Körper, sich zu verändern. Euer Kind kann so lange bei euch bleiben, wie ihr es wünscht. Es kann hilfreich sein, den Körper eures Kindes zu kühlen. Hierfür gibt es verschiedene Möglichkeiten, die sich je nach Setting und auch von Klinik zu Klinik unterscheiden. Wir verfügen in der EUREGIO-KLINIK über ein mobiles Kühlsystem bzw. Kühlbettchen, den CuddleCot. Dadurch erhaltet ihr die Gelegenheit, euch ohne Zeitdruck von eurem Kind zu verabschieden.

Eine andere Möglichkeit bietet die Wassermethode. Sie ist inzwischen auch in Deutschland eine gängige Methode und kann unabhängig von der Schwangerschaftswoche angewandt werden. Mit dieser Methode wird die ursprüngliche Form des Kindes über einen langen Zeitraum erhalten, der kleine Körper wird stabiler und Eltern verlieren so leichter ihre Berührungsängste. Auch die Wassermethode hat sich bei uns im Krankenhaus etabliert. Gerade in den früheren Schwangerschaftswochen ist sie vorzuziehen, da dem Körper durch das Kühlen viel Wasser entzogen wird. Euer Kind wird in ein Gefäß mit Wasser hineingelegt und schwebt, ähnlich wie es in der Fruchtblase war.

Solltet ihr euer Kind mit nach Hause nehmen, könnt ihr diese Methode auch dort nutzen.

Weitere Informationen zur Wassermethode findet ihr hier www.wassermethode.nl (auch auf Deutsch) oder www.dein-sternenkind.eu/WasserMethode_/index.php.

Wenn es Zeit wird, zu gehen

Es ist eure Entscheidung, wann es Zeit ist, euer Kind gehen zu lassen. Auch hier versuchen wir, uns ganz auf euch einzustellen. Vielleicht gibt es auch weitere Familienmitglieder, die euer Kind kennenlernen und auch verabschieden wollen. Dies kann im Patientenzimmer oder im krankenhauseigenen Abschiedsraum passieren.

Erinnerungen zu schaffen, kann euch im Trauerprozess unterstützen. Uns ist bewusst, dass ihr als Eltern gerade sehr überflutet und vielleicht auch überfordert seid mit all den Informationen und den Entscheidungen, die ihr treffen sollt. Vielleicht wisst ihr noch nicht, wie ihr Erinnerungen schaffen könnt.

Einzigartige Gedenkstücke von euerm Kind können jedoch so wichtig und wertvoll sein – wenn nicht gerade jetzt, dann vielleicht zu einem anderen Zeitpunkt! Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, Erinnerungen zu gestalten, anzufertigen und zu schaffen.

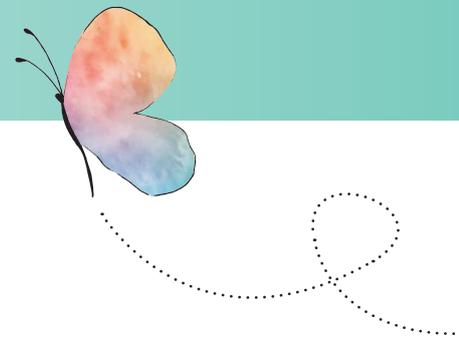


Anfassbare Erinnerungen

- _ Eine Geburtskarte mit den Daten eures Kindes (Geburtsdatum, Uhrzeit, Größe, Gewicht ...)
 - _ Üblicherweise haben wir in der EUREGIO-KLINIK eine liebevoll gestaltete Karte für euch vorbereitet
- _ Abdrücke von Händen und Füßen (mit Stempel)
- _ Eigene Fotos und Videos von eurem Kind und eurer Familie mit dem Kind
- _ Professionelle Fotos von ehrenamtlichen Sternenkinderfotografen, z. B. von freien Ehrenamtlichen oder von „Dein Sternkind“ (jederzeit kostenlos anfordern: www.dein-sternenkind.eu, Telefon 06257 9185009)
 - _ In der EUREGIO-KLINIK arbeiten wir sowohl mit freien ehrenamtlichen Fotografen als auch mit „Dein Sternkind“ zusammen
- _ Passende Kleidung oder Nestchen/Tücher für Sternenkinder, z. B. von www.sternenzauber-fruehchenwunder.de
- _ Kleine Andenken als Pärchen, z. B. zwei gleiche, kleine Stoffkissen (eines bleibt bei euch und das andere wird mit eurem Kind beerdigt)
 - _ Die EUREGIO-KLINIK erhält über die Tabitha-Nähwerkstatt mit Liebe genähte Tücher und Schiffchen sowie kleine Andenkenkissen, die wir an euch weitergeben können
- _ Das Klinikarmband und die Nabelschnurklemme/-bändchen
 - _ Auch hier haben wir in der Regel immer einige selbstgehäkelte Nabelschnurbändchen vor Ort
- _ Wenn möglich, eine Haarsträhne eures Kindes aufbewahren oder etwas Kolostrum für Erinnerungstücke sammeln, z. B. Schmuckstücke

Erinnerungsmomente gestalten

- _ Euer Kind betrachten, berühren, küssen und kuscheln
- _ Wenn möglich: euer Kind baden, anziehen, pflegen oder wickeln
- _ Eurem Kind etwas erzählen, vorlesen, vorsingen oder die Spieluhr vorspielen
- _ Familienmitglieder einladen, euer Kind kennenzulernen
- _ Eine Segnung oder Nottaufe eures Kindes durch die Seelsorge
- _ Die Zeit mit eurem Kind im Krankenhaus verbringen oder eurem Kind die Welt außerhalb des Krankenhauses zeigen und für 36 Stunden mit nach Hause nehmen (siehe Tabelle BestattG Niedersachsen)



Es wird der Moment kommen, an dem ihr euch von eurem Kind endgültig verabschieden müsst.

Weiterführende Untersuchungen

In einigen Fällen können eine humangenetische Untersuchung oder eine Obduktion Klarheit über die Ursachen der viel zu frühen Entbindung oder den Tod eures Kindes bringen. Das Ergebnis kann unter Umständen auch für Folgeschwangerschaften von Bedeutung sein. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

Das deutsche Gesetz schreibt vor, dass jede unnatürliche oder unklare Todesursache durch die Staatsanwaltschaft überprüft werden muss. Daher kann es sein, dass die Kriminalpolizei mit euch Kontakt aufnimmt.

Humangenetische Untersuchung

Im Rahmen einer humangenetischen Untersuchung wird das Erbgut eures Kindes untersucht, wodurch chromosomale Veränderungen und genetische Erkrankungen nachgewiesen werden können. Für eine solche Untersuchung wird Gewebe vom Kind und evtl. von der Plazenta und der Nabelschnur eingeschickt.

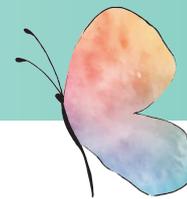
Obduktion

Eine Obduktion bedeutet die Untersuchung des Körpers und der Organe eures Kindes. Hierbei wird nach strukturellen Auffälligkeiten oder Fehlbildungen gesucht. In manchen Fällen kann eine Obduktion auch rechtlich verpflichtend sein.

Eine Obduktion wird entweder durch die Pathologie oder die Rechtsmedizin durchgeführt. Im Anschluss an die Obduktion wird euer Kind an den Bestatter übergeben.

Namensgebung und Beurkundung

Ihr habt das Recht, eurem Kind einen Namen zu geben, egal wie klein oder groß es ist. Gerade in Momenten der Erinnerung und im Prozess der Trauer kann es enorm wichtig sein, dass euer Kind nicht namenlos bleibt, auch wenn es noch so klein ist. In den frühen Schwangerschaftswochen, wenn das Geschlecht nicht eindeutig erkennbar ist, könnt ihr eurem Kind einen geschlechtsneutralen Namen geben, z. B. Kim, Laurin, Mika usw. Vielleicht habt ihr eurem Kind bereits einen Spitznamen gegeben, den ihr verwenden möchtet.



Ist mein Kind melde- und bestattungspflichtig?

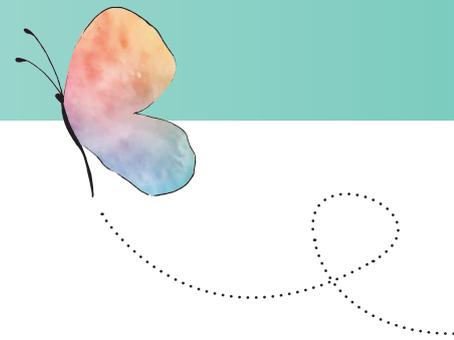
In Niedersachsen gelten folgende Bestimmungen

	Fehlgeburt	Totgeburt	Lebendgeburt
	<ul style="list-style-type: none"> • Geburtsgewicht < 500 g • Vor der 24. SSW geboren • Keine Lebenszeichen 	<ul style="list-style-type: none"> • Geburtsgewicht > 500 g • Ab der 24. SSW geboren • Keine Lebenszeichen 	<ul style="list-style-type: none"> • Unabhängig von Gewicht und SSW • Lebenszeichen wie Herzschlag, Pulsieren der Nabelschnur oder Lungenatmung
Meldepflicht nach PstG (Personenstandsgesetz)	Nein Kann auf Wunsch gemeldet werden und durch eine Geburtsbescheinigung ins Stammbuch aufgenommen werden	Ja Es wird eine Geburtsurkunde mit Sterbevermerk ausgestellt	Ja Man erhält eine Geburts- und eine Sterbeurkunde für das Kind
Bestattungspflicht nach BestattG (Bestattungsgesetz)	Nein Darf aber auf einem Friedhof in einem Sternenkinde-/Gemeinschaftsgrab, im eigenen Garten oder an einem Ort eurer Wahl beigesetzt werden Beisetzung ohne Bestatter möglich	Ja Muss auf einem Friedhof beigesetzt werden Die Beisetzung erfolgt in einem Einzelgrab Beisetzung muss durch Bestatter erfolgen	Ja Muss auf einem Friedhof beigesetzt werden Die Beisetzung erfolgt in einem Einzelgrab Beisetzung muss durch Bestatter erfolgen

In Niedersachsen könnt ihr euer bestattungspflichtiges Kind für 36 Stunden ab dem Todeszeitpunkt mit nach Hause nehmen. Bei bestattungspflichtigen Sternenkindern muss der Transport allerdings durch den Bestatter erfolgen. Dadurch könnt ihr noch gemeinsame Zeit mit eurem Kind bei euch zu Hause verbringen.

Die Wahl des Erdenbettchens

Bitte bedenkt: Die Entscheidung über den letzten Ruheort eures Kindes sollte wohlüberlegt sein. Durch z. B. einen Umzug können sich Situationen ergeben, die im Vorfeld nicht ersichtlich waren.



Beisetzung eines nicht bestattungspflichtigen Kindes

Gemeinschaftsbestattung

Eine Gemeinschaftsbestattung wird zweimal im Jahr über die EUREGIO-KLINIK und das Netzwerk Sternenkinder organisiert. Diese Beisetzung findet immer auf dem Südfriedhof in Nordhorn statt. Jedes noch so kleine Sternchen findet an dieser Stelle sein Erdenbettchen. Ihr werdet über den Termin informiert und seid zur Verabschiedung mit euren Familien herzlich eingeladen.

Die aktuellen Termine findet ihr auf der Website der EUREGIO-KLINIK unter Geburtshilfe Sternenkinder. Solltet ihr euch für die Gemeinschaftsbestattung entscheiden, ist die Beisetzung für euch kostenlos.

Bestattung im Einzelgrab

Auf Wunsch ist auch eine Bestattung in einem Einzelgrab möglich. Hierfür bietet die EUREGIO-KLINIK die Beisetzung auf dem Nordfriedhof an. Diese Form der Beisetzung ist für euch kostenlos. Ist eurerseits die Beisetzung eures Kindes auf einem anderen Friedhof gewünscht, müsst ihr Kontakt zu einem Bestatter eurer Wahl aufnehmen. Hier können Kosten anfallen.

Beisetzung eines bestattungspflichtigen Kindes

Die Beisetzung eines bestattungspflichtigen Kindes erfolgt immer in einem Einzelgrab. Diese muss durch einen von euch beauftragten Bestatter erfolgen.

Durch eine Einzelbestattung entstehen in der Regel Kosten. Solltet ihr die Kosten nicht aufbringen können, gibt es verschiedene Möglichkeiten, finanzielle Unterstützung zu erhalten. Ihr könnt zum Beispiel einen Antrag zur Kostenübernahme beim zuständigen Sozialamt stellen. Nach der Bewilligung werden die Kosten für eine Einäscherung, die Kosten für eine Grabstelle und auch die Kosten des Bestatters übernommen. Eine weitere Möglichkeit ist Unterstützung zum Beispiel durch die Diakonie.



Bad Bentheim

Emlichheim

Lohne

Nordhorn

Schüttorf

Wietmarschen

Sternenkindergräber in der Graftschaft

Es gibt in der Graftschaft Bentheim auf vielen Friedhöfen Sternenkindergräber, an denen eine Bestattung möglich ist. Informationen dazu bekommt ihr über den Bestatter vor Ort.

Bei einer Bestattung in einem Sternenkindergrab wird euer Kind in einem Grab beigesetzt, welches extra für die Sternenkinder angelegt wurde. Meist sind dies schöne Orte, die von den Eltern der Sternenkinder mit viel Liebe dekoriert werden. Viele betroffene Eltern stellen sich vor, dass die Kinder, welche dort beigesetzt worden sind, nicht alleine sind. Irgendwie eine tröstende Vorstellung!



Den Abschied gestalten

Die Beerdigung eures Kindes ist unheimlich schwer und tut unfassbar weh. Ein Gang, den niemals jemand gehen sollte. Ein Kind sollte nie vor seinen Eltern gehen müssen.

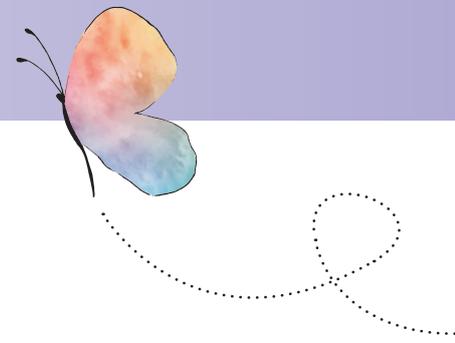
Aber auch dieser schwere Abschied kann voller Liebe gestaltet werden. Wir haben für euch ein paar Ideen für eine schöne Gestaltung der Abschiednahme zusammengetragen:

- Eine große Beerdigung, an der all eure Lieben teilnehmen können, oder doch eine kleine Beisetzung nur im engsten Familienkreis – evtl. besteht sogar die Möglichkeit, einen Stuhlkreis rund um den Sarg eures Kindes zu bilden, sodass euer Kind ein Teil des Kreises ist
- Eine Abschiednahme in der Leichenhalle oder zu Hause für Familie und Freunde. Ein Kennenlernen und Abschiednehmen zugleich
- Schöne Sternenkinderlieder können während der Abschiednahme gespielt werden. Eine Liederauswahl findet ihr hier: [Link](#)
- Den Sarg schön gestalten, z. B. mit Handabdrücken, Unterschriften oder schönen Zeichnungen
- Ihr könnt eurem Kind auch einen Brief schreiben
- Kuscheltiere und andere Sachen mitgeben
- Bilder von eurem Kind aufstellen
- Ballons oder Seifenblasen am Erdenbettchen steigen lassen
- Vielleicht besteht die Möglichkeit, dass der Vater sein Kind zum Erdenbettchen trägt. So kann er sein Kind auf dem letzten Weg einmal tragen, während die Mutter es die ganze Schwangerschaft getan hat.

Egal, wie ihr die Abschiednahme eures Kindes gestaltet, ob ihr viele Menschen daran teilhaben lassen möchtet oder euer Kind lieber nur im kleinsten Kreis ins Erdenbettchen legen wollt, euren Ideen und Wünschen sind keine Grenzen gesetzt. Ihr könnt den Abschied so gestalten, wie ihr es für euer Kind wünscht. Hier gibt es kein Richtig oder Falsch.



DIE ERSTE ZEIT NACH DEM VERLUST



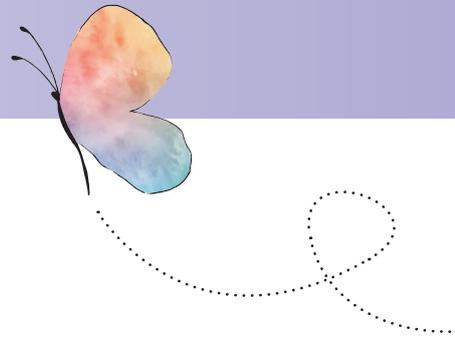
Hebammenanspruch

Auch nach der Geburt eines Sternenkinds stehen euch die Betreuung und Nachsorge durch eine Hebamme sowie ein Rückbildungskurs zu. Es gibt Hebammen, die spezielle Kurse für verwaiste Mütter anbieten.

Mutterschutz und Kündigungsschutz (Stand Juni 2025)

	Fehlgeburt	Totgeburt	Lebendgeburt
	Geburtsgewicht < 500 g Vor der 24. SSW geboren Keine Lebenszeichen	Geburtsgewicht > 500 g Ab der 24. SSW geboren Keine Lebenszeichen	Unabhängig von Gewicht und SSW Lebenszeichen wie Herzschlag, Pulsieren der Nabelschnur oder Lungenatmung
Mutterschutz	Ja Fehlgeburt ab der 13. SSW: bis zu 2 Wochen Mutterschutz Fehlgeburt ab der 17. SSW: bis zu 6 Wochen Mutterschutz Fehlgeburt ab der 20. SSW: bis zu 8 Wochen Mutterschutz	Ja 6 Wochen vor der Geburt 8 Wochen nach der Geburt Sollte vor der Geburt noch kein Mutterschutz genommen worden sein, verlängert sich dieser um die fehlenden Wochen	Ja 6 Wochen vor der Geburt 8 Wochen nach der Geburt Sollte vor der Geburt noch kein Mutterschutz genommen worden sein, verlängert sich dieser um die fehlenden Wochen
Verlängerter Mutterschutz	Nein	Ja, wenn eines davon zutrifft: Geburt vor Vollendung der 37. SSW < 2.500 g Geburtsgewicht Mehrlingsgeburt	Ja, wenn eines davon zutrifft: Geburt vor Vollendung der 37. SSW < 2.500 g Geburtsgewicht Mehrlingsgeburt Beeinträchtigung des Kindes
Kündigungsschutz nach § 17 Abs. 1 MuschG	Nein / Ja Aber erst nach der 12. SSW	Ja Bis 4 Monate nach der Geburt	Ja Bis 4 Monate nach der Geburt

Der Mutterschutz kann auf Wunsch der Mutter jederzeit verkürzt werden, solange der Arbeitgeber dieser Verkürzung zustimmt.



Trauerarbeit

Was hat uns geholfen? Dies ist eine kleine Auswahl aus Erfahrungen betroffener Eltern aus unserer Sternelterngruppe:

- _ Vorausgehende Gespräche
- _ Gute Informationen im Vorfeld
- _ Kompetente und mitfühlende Begleitung durch das Klinikpersonal
- _ Zeit, Ruhe und Stille
- _ Erinnerungen gestalten und Orte dafür schaffen
- _ Rituale wie Kerzen gestalten und anzünden oder einen Baum pflanzen, der stellvertretend für das Kind wächst
- _ Grabpflege
- _ Nicht alleine sein
- _ Reden, schreien, schreiben, malen
- _ Den Abschied schön gestalten, auch wenn es noch so schwer ist
- _ „Etwas tun“, vor allem bei den Vätern
- _ Neutrale Unterstützung, z. B. Seelsorge, Hospizhilfe oder Selbsthilfegruppen
- _ Gedenktage zelebrieren, z. B. den Geburtstag
- _ Gedenkgottesdienst der Sternenkinder am 2. Adventssonntag

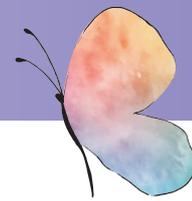
Trauer ist ein sehr individueller Prozess und jeder erlebt den Verlust anders – auch ihr als Eltern. Für manche ist der Austausch über das Erlebte heilsam, andere möchten in ihrem Trauerschmerz alleine sein.

Ein gut funktionierendes, geduldiges Netz aus Familie und Freunden kann euch in der schweren Zeit nach dem Tod eures Kindes auffangen. Manchmal sind es aber gerade auch ganz neutrale Personen, denen ihr euren Trauerschmerz zumuten möchtet.

**Trauer vergeht nicht, sie verändert sich.
Niemand kann deinen Weg für dich gehen,
denn dies ist dein Weg, den du gehen musst.
Doch können dich hierbei Arme stärken,
Gedanken begleiten und manchmal Hände tragen.**

B. Kremer

GESCHWISTERKINDER



Eure Kinder als zurückbleibende Geschwister erleben den Verlust des Sternkinde persönlich und erleben gleichzeitig die große Trauer von euch Eltern mit.

Verwendet klare, einfache Worte wie „verstorben“ oder „tot“, um euren Kindern den Grund der Trauer zu erklären. Es ist keinesfalls ratsam, verschleiernde Worte zu wählen, z. B. „dein Bruder ist eingeschlafen...“

Seid ehrlich und authentisch in euren Worten und Gefühlen. Kinder können eure Tränen aushalten und lernen dadurch, ihren Gefühlen Ausdruck zu geben. Sie spüren, dass etwas nicht stimmt. Solange sie den Grund nicht kennen, geben sie sich oft selbst die Schuld daran („Weil ich mein Zimmer nicht aufgeräumt habe, ist das Baby gestorben und Mama traurig.“) Gebt offene und ehrliche Antworten und erklärt euren Kindern, dass sie keine Schuld haben.

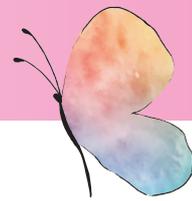
Es ist wichtig, Geschwister altersgerecht in den Abschied einzubeziehen und sie zu informieren. Mögliche Beispiele des gemeinsamen Abschiednehmens können sein:

- _ Das verstorbene Geschwisterchen anzusehen und zu berühren, um sich so gemeinsam zu verabschieden und um den Tod zu begreifen. Tipps hierzu findet ihr unter „Erinnerungen schaffen“
- _ Für die Geschwisterkinder kann der Abschied auch durch Malen, Schreiben oder Basteln für das Sternkind vereinfacht werden. Sie können z. B. den Sarg mit Fingerfarbe anmalen oder ein kleines Geschenk gestalten, welches dem Sternkind mitgegeben wird
- _ Geschwisterkinder dürfen und sollten an der Beerdigung teilnehmen, wenn sie das möchten. Rituale, beispielsweise einen Luftballon steigen lassen oder eine Wunderkerze anzünden, geben ihnen eine Möglichkeit, sich auszudrücken. Je nach Alter der Kinder kann es ratsam sein, dass eine Vertrauensperson dabei ist, die sich um die Kinder kümmern kann, damit ihr als trauernde Eltern dahingehend entlastet werdet
- _ Später könnt ihr das Grab gemeinsam besuchen und gestalten
- _ An besonderen Gedenktagen ist dort ein gemeinsames Erinnern sehr tröstend

Geschwisterkinder brauchen in ihrer Trauer besonders viel Zuwendung, Nähe und Struktur. Für euch als trauernde Eltern kann dies zeitweise sehr schwer sein. Da kann es hilfreich sein, die nächsten Bezugspersonen wie Großeltern, Lehrer, Erzieher oder Eltern von Freunden eures Kindes bzw. eurer Kinder zu informieren.



WIE KÖNNEN ANGEHÖRIGE UND FREUNDE HELFEN?

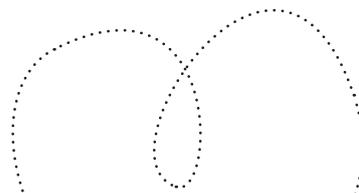


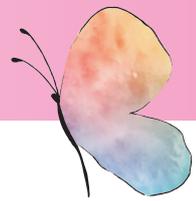
Viele Angehörige sind mit der Situation selbst überfordert. Sie wissen nicht, was jetzt richtig oder falsch ist. Auch sie trauern um ihr Enkelkind, ihren Neffen oder ihre Nichte etc. Sie wollen helfen, wissen aber oft nicht, wie.

Viele haben Angst, etwas Falsches zu sagen oder zu tun – und schweigen lieber. Doch genau das solltet ihr nicht tun. Die betroffenen Eltern brauchen euch jetzt mehr denn je! Lasst sie nicht allein in ihrer Trauer. Hier ein paar Ideen, wie ihr für die trauernden Eltern da sein könnt:

- _ Hört ihnen zu! Lasst sie über ihr Kind, ihre Trauer, ihre Gefühle und Ängste reden
- _ Begleitet sie zum Erdenbettchen ihres Kindes. Gerade die ersten Besuche sind besonders schwer und schmerzhaft
- _ Unterstützt sie, wo ihr könnt. Geht für sie einkaufen, wenn ihnen die Kraft dazu fehlt, oder kocht für sie, um ihnen diese Last abzunehmen. Auch Hilfe im Haushalt kann in dieser ersten schweren Zeit goldwert sein
- _ Fragt sie, was sie brauchen. Sprecht mit ihnen – nicht über sie
- _ Gebt sie nicht auf. Bittet sie immer wieder um Treffen, ruft sie an oder kommt unangekündigt vorbei. Gerade in der ersten Zeit ist es schwer, sich aufzurappeln, weiterzumachen und wieder Kontakte zu pflegen
- _ Nennt ihr Kind beim Namen und sprecht mit ihnen über ihr Kind. Sie werden sich freuen
- _ Denkt an wichtigen Tagen an die Eltern und ihre Kinder. Eine kurzes „Happy Birthday in Heaven“ zum Geburtstag des Sternkindes oder ein paar Blümchen zum Muttertag für die Sternmutter können viel bedeuten und eine große Stütze in dieser schweren Zeit sein

Es kann passieren, dass in Gesprächen unbedachte Worte ausgesprochen werden, welche extrem verletzen oder triggern, auch wenn diese nicht so gemeint sind. Um dies zu vermeiden, haben wir euch hier ein paar Sätze zusammengefasst, welche ihr sagen könnt und welche ihr besser nicht sagen solltet.





Dos

- _ Du bist eine Mama/ein Papa!
- _ Magst du mit mir über dein Kind reden?
- _ Darf ich ein Foto von deinem Kind sehen?
- _ Wie kann ich dir/euch helfen?
- _ Was glaubst du, macht euer Kind gerade?
- _ Ich bin für dich/euch da.
- _ Schau dir den schönen Himmel an! Euer Kind hat für euch gemalt.

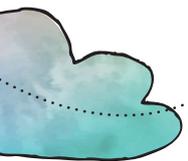
Don'ts

- _ Jetzt ist aber mal gut!
- _ Du bist keine Mutter/kein Vater!
- _ Das war doch noch gar kein richtiges Kind.
- _ Ihr könnt ja ein Neues machen!
- _ Alles hat seinen Grund ...
- _ Ihr seid ja noch jung!
- _ Vielleicht sollte es nicht sein ...
- _ Anderen geht es noch schlechter!
- _ Du hast ja schon ein Kind, daher hör endlich auf zu trauern.
- _ Die Zeit heilt alle Wunden.



SPICKZETTEL FÜR DEN UMGANG MIT TRAUERNDEN STERNENELTERN

- _ Weniger Worte, mehr Ohren
- _ Den Verlust nicht verharmlosen und nicht mit anderen Schicksalen vergleichen
- _ Geduld walten lassen
- _ Einfach da sein
- _ Über das Sternenkind sprechen
- _ Floskeln bieten keinen Trost
- _ Schuld nicht ausreden
- _ Launen ertragen und nicht persönlich nehmen
- _ Nicht zu etwas drängen
- _ Ich darf Unsicherheiten empfinden und sie auch äußern
- _ Trauernde Eltern haben ihr Kind verloren – nicht ihren Verstand
- _ Ratschläge können wie Schläge wirken
- _ Ich sollte mich regelmäßig melden



Ein Kind zu verlieren, ist das Schlimmste, was Eltern passieren kann. Die Trauer wirkt kurz nach dem Verlust wie ein riesiger Berg. Ein Berg, dessen Gipfel man niemals erklimmen kann. Die Aussichten sind dunkel und trist. Es sieht so aus, als gäbe es keinen Funken Hoffnung am Horizont. Mit der Zeit kommt man diesem Gipfel näher, die Dunkelheit verzieht sich und Lichtstrahlen scheinen durch den dunklen, wolkenbehangenen Himmel. Je höher ihr kommt, desto heller wird es, und an der Spitze des Berges ist wieder Sonnenschein zu sehen. Nur noch wenige dunkle Wolken sind vereinzelt zu finden.

So ist es mit der Trauer. Direkt nach dem Verlust eures Kindes scheint die Dunkelheit überall zu sein. All das Positive ist aus der Welt verschwunden. Euer größtes Glück fehlt. Es scheint keinen Ausweg aus dieser Trauerspirale zu geben. Mit der Zeit verschwindet diese Dunkelheit und es wird heller. Die Trauer verändert sich. Sie rückt weiter in den Hintergrund. Ab und zu kommt sie wieder und wird präsent. Dann gebt der Trauer den Raum.

Es ist nicht das Leben, welches ihr euch gewünscht habt. Ihr wollt euer Kind bei euch haben, es lieben und ihm die Welt zeigen. Jetzt ist es im Herzen bei euch, aber dort ist es immer da. Euer Kind und die Liebe zu ihm werden euch immer begleiten. Sie gibt euch Kraft, denn Liebe ist unendlich!

Kim Kwast, Sternenkindermama



WICHTIGE TELEFONNUMMERN UND E-MAIL-ADRESSEN



Örtliche Kontaktdaten

Information

T +49 (0) 5921 84-0

Kreißaal

T +49 (0) 5921 84-2550
kreissaal@euregio-klinik.de

Seelsorge

T +49 (0) 5921 84-0

Babylotsin

T +49 (0) 5921 84-4336

Bunter Kreis

T +49 (0) 5921 84-4328

Psychiatrische Institutsambulanz

T +49 (0) 05921 84-1716

Hospizhilfe

T +49 (0) 5921 75400
hospizhilfe.de

COMPASS Diakonie Caritas Haus Schwangeren- und Lebensberatung

NINO-Allee 4 | 48529 Nordhorn
T +49 (0) 5921 81111-0

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Buddenbergsweg 7 | Nordhorn
T +49 (0) 5921 9602
eltern-kinder-jugend-beratung@grafschaft.de

Familien Service Büro Bad Bentheim

Ochtruper Straße 10 | Bad Bentheim
T +49 (0) 5921 963721
fsb-badbentheim@grafschaft.de

Familien Service Büro Emlichheim

Kirchstraße 5-7 | Emlichheim
T +49 (0) 5921 963701
fsbemlichheim@grafschaft.de

Familien Service Büro Neuenhaus

Hauptstraße 55 | Neuenhaus
T +49 (0) 5921 963740
fsbneuenhaus@grafschaft.de

Familien Service Büro Nordhorn

Jahnstraße 6 | Nordhorn
T +49 (0) 5921 963805 und 963806
fsbnordhorn@grafschaft.de

Familien Service Büro Schüttorf

Sportplatzstraße 1 | Schüttorf
T +49 (0) 5921 963731
fsbschuetorf@grafschaft.de

Familien Service Büro Uelsen

Am Kindergarten 2a | Uelsen
T +49 (0) 05921 963711
fsbuelsen@grafschaft.de

Familien Service Büro Wietmarschen

Siemensstraße 15 | Wietmarschen,
T +49 (0) 5921 963750
fsbwietmarschen@grafschaft.de

Deutschlandweite Vereine

Dein Sternenkind Stiftung

T +49 (0) 9406 9588755
dein-sternenkind.eu

Sternenzauber und Frühchenwunder

sternenzauber-fruehchenwunder.de

Weitertragen e. V.

T +49 (0) 6162 9691592
weitertragen-verein.net



Albert-Schweitzer-Str. 10 | 48527 Nordhorn
info@euregio-klinik.de | euregio-klinik.de

