



# Veel te kort bij ons...

Wat als je je kindje verliest

H1



## 01 Inhoud

Een heel team staat voor je klaar	4
Naar huis	10
Je baby aangeven	10
Je baby begraven	11

## 02 Inleiding

Beste ouders

Namens Sint-Trudo Ziekenhuis willen wij ons oprecht medeleven aanbieden. Het is onze betrachting jullie zo goed mogelijk op te vangen en te ondersteunen.

Deze brochure is bedoeld voor ouders die hun kindje tijdens de zwangerschap of rond de bevalling verliezen.

Zowel praktische als emotionele onderwerpen komen aan bod. Deze brochure kan de gesprekken met mensen uit je omgeving niet vervangen, maar misschien wel ondersteuning bieden in deze moeilijke periode. Je krijgt uitleg over de begeleiding tijdens en na de opname in het ziekenhuis en alle betrokken medewerkers worden kort voorgesteld. Daarnaast overlopen we ook de mogelijkheden om je baby te begraven.

Wij wensen jullie heel veel sterkte.

Tijdens het verblijf in het ziekenhuis zal je in contact komen met een aantal zorgverleners. Het team bestaat uit:

- de gynaecoloog
- de pediater
- de vroedvrouw
- een sociaal werkster
- een psychologe
- de ziekenhuispastor

### Gynaecoloog

De gynaecoloog doet de vaststelling van overlijden of van de onleefbare aandoening van de baby door middel van een echografie. Hij/Zij bespreekt wanneer en indien nodig hoe de arbeid wordt geleid.

De dokter staat jullie bij tijdens de arbeid, bevalling en nageboorte. Nadien regelt hij/zij het ontslag.

### Pediater

Indien jullie kindje sterft na de geboorte zal de pediater het overlijden vaststellen en jullie verder begeleiden.

### Vroedvrouw

De vroedvrouw begeleidt jullie tijdens de arbeid, bevalling en nageboorte. Op elk moment van je verblijf in het ziekenhuis is de vroedvrouw er om informatie te geven, vragen te beantwoorden en jullie bij te staan in deze moeilijke periode. Zij bereidt jullie voor op de geboorte en vraagt naar jullie wensen (foto's, hand- of voetafdruk baby).

We stellen dikwijls vast dat het moeilijk is om de baby te zien of vast te houden. Toch moedigen we dit aan aangezien het een belangrijke stap is in de rouwverwerking.

Bij jongere kindjes verkiezen we regelmatig **watertherapie**. Dit is een zachte en liefdevolle manier om je kindje te koesteren.

Vraag hierover gerust meer informatie aan de vroedvrouw ([www.watermethode.nl](http://www.watermethode.nl)).

De vroedvrouw staat in nauw contact met de gynaecoloog, sociaal werkster, psychologe en ziekenhuispastor.

## Sociaal werkster en psychologe

Voor psychosociale begeleiding kan een beroep gedaan worden op de sociaal werkster en de psychologe. Aan deze begeleiding zijn geen kosten verbonden.

Zij bieden tijd en ruimte om te luisteren naar je verhaal en je te helpen bij de verwerking van dit enorme verlies.

Vaak ervaren ouders uiteenlopende gevoelens. Soms kan het helpen om deze gevoelens bespreekbaar te maken. Tijdens de gesprekken staan de psychologe en sociaal werkster ondermeer stil bij volgende thema's:

- verlies en rouwverwerking
- communicatie met de omgeving (op de dienst materniteit is een boekje beschikbaar met informatie en advies over hoe je dit best vertelt aan broertjes of zusjes)
- relationele en familiale problemen.

Daarnaast maken de sociaal werkster en psychologe ruimte vrij om met jullie te overleggen over hoe jullie in het ziekenhuis afscheid willen nemen van jullie baby.

Het kan ook helpen om foto's te (laten) maken van je overleden baby. Hij of zij heeft namelijk echt bestaan. Foto's van je baby kunnen een kostbare herinnering zijn. De vroedvrouw kan deze foto's met jullie toestemming maken maar uiteraard mogen jullie dit ook zelf doen.

Het kan misschien een troost zijn om te weten dat we jullie kindje met het grootste respect behandelen. Zo leggen we jullie baby bijvoorbeeld in een mandje dat jullie nadien mee naar huis mogen nemen.

De sociaal werkster neemt ook de tijd om praktische en organisatorische aangelegenheden te bespreken, zoals uitleg over verlofregelingen, verzekering, vragen omtrent ontslag uit het ziekenhuis, ...

In een gesprek met de psychologe wordt extra tijd en ruimte voorzien om stil te staan bij de betekenis van deze ingrijpende gebeurtenis. Het plotse verlies is vaak overweldigend. De psychologe kan helpen om deze emoties bespreekbaar te maken en ze een plaats te geven. Sommige ouders voelen zich echter rustig en gevoelloos, alsof ze 'verlamd' zijn. Dit is een reactie die het lichaam beschermt tegen een teveel aan verdriet. Dit gevoel van verlamming zal na verloop van tijd overgaan in een beleving van het verlies. Andere ouders zullen eerder gevoelens van verzet en kwaadheid voelen opkomen.

De psychologe biedt tevens aandacht aan het relationele aspect. Verlies en afscheid nemen is enerzijds een individueel rouwproces, maar anderzijds iets wat jullie als koppel overkomt. De psychologe kan helpen jullie als koppel hierin te ondersteunen.

Het contact met de psychologe blijft in het ziekenhuis vaak beperkt tot één of twee gesprekken. Het is echter niet uitzonderlijk dat mensen aangeven dat ze, vrijwel onmiddellijk na het gebeuren of zelfs een hele tijd later, een intensiever contact nodig hebben. In dat geval kunnen er (kosteloos) nog een aantal nagesprekken plaatsvinden als jullie terug thuis zijn of kunnen we, indien nodig, doorverwijzen naar een externe dienst.

## Ziekenhuispastor

In deze moeilijke periode kan je ook (kosteloos) een beroep doen op een ziekenhuispastor voor emotionele en spirituele ondersteuning. Daarenboven kan het verlies van een kindje veel zinvragen naar boven doen komen. Soms worden ouders overspoeld door gevoelens van onmacht, van zinloosheid, van kwaadheid over het zo vroege verlies van hun kindje. Bij een pastor kan je op verhaal komen, zij wil het lijden helpen uithouden, ook in momenten dat de onmacht lijkt te overheersen.

## Rituelen

Tijdens de ziekenhuisopname kan er behoefte ontstaan aan een geruststellend gebaar dat de liefde uitdrukt die je voelt voor je baby, een liefde die ook altijd mag blijven bestaan. Dit leventje, zoveel korter dan gewenst, mag zijn volle waarde behouden.

De pastor gaat ook op zoek naar woorden om vorm te geven aan wat jullie als ouder(s) overkomt. Dit kan ook verdicht worden in een ritueel.

Een ritueel wil de hoop uitspreken dat je baby geborgenheid mag vinden. Met een ritueel zoals een zegening kan afscheid genomen worden van je baby. Voor wie het betekenis heeft, kan hierbij ook Gods naam genoemd worden. God kan mensen ook in het lijden tegemoet komen met nabijheid, draagkracht, licht en liefde.

Je baby kan gezegend worden en er wordt samen naar een symbool gezocht waarin uitgedrukt wordt wat er door je hart gaat.

Zo'n afscheidsritueel kan meteen na de bevalling plaatsvinden of enkele dagen later. Het kan in alle intimiteit in de ziekenhuiskamer, of in aanwezigheid van vrienden en familie in de kapel van het ziekenhuis. De pastor bekijkt dan samen met jou hoe dit afscheid vorm kan krijgen in teksten, muziek of symbolen. We willen ook graag hulp aanreiken wanneer je beslist om afscheid te nemen op een andere plaats dan het ziekenhuis, in een kerk met een 'engelenmis' of met een afscheidsdienst in een uitvaartcentrum. We hebben een rouwmap samengesteld met teksten, gedichten, Bijbelteksten en verhalen die inspiratie kunnen bieden. Deze map lenen we je graag uit als daar vraag naar is.



*Je kwam voorbij.  
Een onuitwisbaar ogenblik  
van volgehouden leven.  
Het was geen droom.  
We hebben je gedragen.  
Je hebt ons aangeraakt.*

*Jouw naam  
een vingerafdruk  
in ons bestaan.*

*Kris Gelaude*

## **04** Naar huis

Het is mogelijk dat je snel het ziekenhuis wilt verlaten. Het kan ook gebeuren dat je liever nog niet naar huis gaat, omdat je opziet tegen de leegte die daar ontstaat.

Wij raden je aan om niet alle sporen van voorbereiding op de komst van je kind vóór je thuiskomst uit te wissen. Dat zou je de kans ontnemen ook op de manier, hoewel pijnlijk, afscheid te nemen van je baby.

## **05** Je baby aangeven

Voor het aangeven van je baby wordt een onderscheid gemaakt tussen een baby die geboren wordt voor 180 dagen (of 26 weken) zwangerschap of na 180 dagen (of 26 weken).

### **Geboren tussen 140 en 179 dagen (22 weken tot 26 weken)**

De baby kan wettelijk worden aangegeven en officieel een voornaam krijgen. Dit is niet verplicht.

### **Geboren na 180 dagen (26 weken of 6 maanden)**

Aangifte is verplicht. Het is de dokter die oordeelt of het kind reeds 26 weken oud is. De arts stelt in het bevallingskwartier een speciale overlijdensakte op. Tijdstip van geboorte moet hierop gelijk zijn aan tijdstip van overlijden. Een levenloos geboren baby krijgt een voornaam.

Werd de baby geen 140 dagen (22 weken) gedragen, dan wordt het kindje niet wettelijk aangegeven en krijgt het officieel geen naam.

## 06 Je baby begraven

De wet voorziet verschillende mogelijkheden om je baby te begraven, maar maakt ook hier een onderscheid:

### Geboren voor 180 dagen (of 26 weken)

Een baby die levenloos geboren wordt **voor** een zwangerschap van 180 dagen (of 26 weken), kan niet op de gangbare wijze begraven worden. Toch voorziet de wet verschillende mogelijkheden tot begraafing of crematie:

- (anonieme) begraafing op de begraafplaats van Sint-Truiden
- (anonieme) begraafing op de begraafplaats van de thuisgemeente
- crematie

### Geboren na 180 dagen (of 26 weken)

Een baby die levenloos geboren wordt **na** een zwangerschap van 180 dagen (of 26 weken), moet begraven worden volgens de algemeen geldende regels. Dat wil zeggen dat je een begrafenisondernemer moet contacteren om de begraafing van de baby te regelen. De wet voorziet verschillende mogelijkheden tot begraafing of crematie:

- begraafing op de begraafplaats van Sint-Truiden
- begraafing op de begraafplaats van de thuisgemeente (sommige gemeenten hebben een speciaal plekje voor kinderen)
- crematie

## Burgerlijke stand Sint-Truiden

De burgerlijke stand van Sint-Truiden is bereikbaar op één van onderstaande telefoonnummers:

tel.: 011 70 14 15

tel.: 011 70 14 16

tel.: 011 70 14 17

E-mail: [info.burgerlijkestand@sint-truiden.be](mailto:info.burgerlijkestand@sint-truiden.be)

Ben je van een andere stad afkomstig of heb je een andere geloofsovertuiging?

De sociaal werkster geeft jou graag de nodige informatie.

## Verlofrechten

### Rouwverlof

Bij het overlijden van een kind heeft elke ouder recht op 10 dagen rouwverlof. De eerste 3 dagen moet de ouder verplicht opnemen in de periode die begint met de dag van het overlijden en eindigt de dag van de begrafenis. De overige 7 dagen mag de ouder vrij opnemen binnen het jaar na overlijden.

Het recht tot rouwverlof geldt enkel voor ouders die hun baby verloren hebben na 180 dagen (26 weken) zwangerschap.

### Moederschapsrust

Je hebt recht op moederschapsverlof na 180 dagen zwangerschap. Dit is steeds opgebouwd uit 15 weken:

- Prenataal verlof: max. 6 weken, waarvan één week verplicht voor de bevalling, die je verliest als je vroeger dan verwacht bevalt.
- Postnataal verlof: negen verplichte weken na de geboorte.
- Bij een meerling gaat het om max. 7 weken prenataal verlof.  
Als je je kindje voor 180 dagen verliest, val je terug op ziekteverlof.

### Vaderschapsverlof

Vaders hebben bij de geboorte van een kind recht op 15 werkdagen vaderschapsverlof.

Ook hier geldt de regel dat je alleen recht hebt hierop na een zwangerschap van minimaal 180 dagen.

### Kraamhulp

Ook als je je baby verliest, heb je na een zwangerschap van 180 dagen recht op Kraamzorg. Deze omvat bij het verlies van je baby vooral psychosociale, pedagogische en familiale ondersteuning.

## Externe diensten

*Externe diensten waar je een beroep op kan doen:*

- Het **Berrefonds** biedt onder andere praktische informatie aan en een koesterkoffer die beschikbaar is op onze dienst Materniteit.  
[www.berrefonds.be](http://www.berrefonds.be)
- **Boven De Wolken** is een vzw die ouders steunt wanneer ze hun baby verliezen. Dat doen ze door hen tastbare herinneringen te geven en hen bij te staan tijdens die eerste moeilijke momenten. Hun professionele fotografen doen dit gratis, met hart en ziel, met liefde voor kostbare herinneringen en met respect voor hen en hun baby. De vroedvrouwen op onze dienst nemen zelf contact op met Boven De Wolken indien je dit wenst.  
[www.bovendewolken.be](http://www.bovendewolken.be)
- **Glinsterhulp**: een online platform voor laagdrempelig lotgenotencontact.  
[www.glinsterhulp.be](http://www.glinsterhulp.be)
- **Met Lege Handen**: o.a. praatgroep met lotgenoten.  
[www.legehanden.be](http://www.legehanden.be)

*Morgenkind.*

*Eendagsbloem in onze handen,*

*wij zullen je telkens herkennen*

*in elke ontluikende knop,*

*in iedere druppel die glinstert,*

*in elke zon die verwarmt.*

*En als de avond valt,*

*dan zal je bij ons zijn.*

*Soms even. Hoorbaar als adem.*

*Onvindbaar. Tussen tedere dingen.*

*Behoedzaam geschreven*

*op de kwetsbaarste plek*

*in ons hart.*

*Kris Gelaude*

# Notities

A series of 20 horizontal dotted lines for writing notes.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A series of 20 horizontal dotted lines spanning the width of the page, providing a template for handwriting practice.



## Contactgegevens

Hieronder vind je een overzicht van onze contactgegevens:

materniteit (afdeling H1)

tel.: 011 69 98 41

sociaal werkster

tel.: 011 69 91 39

psychologe

tel.: 011 69 93 25

ziekenhuispastor

tel.: 011 69 91 45



Diestersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden

[www.sint-trudo.be](http://www.sint-trudo.be)

Volg ons op   