

De eerste dagen na het overlijden van uw baby

Vlak na het overlijden van uw baby zult u uiteenlopende gevoelens bij uzelf bemerken. Sommige ouders voelen zich tot hun verrassing rustig en gevoelloos, alsof ze 'verlamd' zijn. Dit is een reactie die het lichaam beschermt tegen een 'te veel' aan ellende. Anderen zullen eerder een gevoel van verdriet, verzet en woede voelen opkomen. Het verzet richt zich vooral tot iedereen die met de baby te maken had, zoals artsen, verpleegkundigen of de verloskundige. Vaak zijn ouders ook boos op zichzelf of God. Verdriet uit zich bij ieder mens verschillend en iedereen heeft het recht dit op zijn eigen manier te beleven en te verwerken.

Het contact met uw baby

Hoe u het contact met uw baby vond is afhankelijk van de omstandigheden waaronder uw baby gestorven is, was u er zelf bij of niet, misschien was u onder narcose en overleed uw baby tijdens of kort na de geboorte, zonder dat u hem of haar hebt gezien. U hebt elk recht uw kind te zien, ook na het overlijden. Het zien en vasthouden van uw overleden baby kan u waarschijnlijk troosten en verder helpen, ook voor de toekomst. Misschien wilt u uw kindje een tijdje in een bedje naast u op uw kamer hebben. Als u de behoefte hebt om uw kindje nog eens in de armen te nemen, geef dit dan aan bij de verpleegkundige of arts. Ook wanneer er sprake is van zichtbare aangeboren afwijkingen, raden wij u aan uw kindje te zien en vast te houden of aan te raken. Wanneer u uw baby niet meer wilt zien, zal men dit ook respecteren.

Is uw kindje overleden op de Neonatologie Intensive Care Unit (NICU), dan kan hij/zij naar een aparte kamer gebracht worden. Hier kunt u hem/haar vasthouden. Aarzel niet om eventueel andere kinderen, familie en vrienden aanwezig te laten zijn. De manier waarop u met het overlijden omgaat, kan het voor de omgeving makkelijker of juist ook moeilijker maken.

Enkele opmerkingen van ouders:

'Ik vond het beter dat hij stierf met ons in zijn buurt, dan helemaal alleen. Hij stierf in mijn armen. Ik was blij dat ik hem kon vasthouden, maar ik wist ook dat ik hem nooit meer zou mogen vasthouden, tenminste niet in dit leven.'

'We hebben ons kind, omdat het aangeboren afwijkingen had, na de geboorte niet willen zien, maar we vragen ons af hoe het er nou heeft uitgezien.'

'Mijn man wilde enige tijd bij onze baby blijven na zijn dood. Hij stond naast hem, met zijn hand op z'n lijfje.'

'Mijn man en ik zijn zo blij dat iemand ons heeft gevraagd of we onze baby wilden zien. Dat hielp ons erg bij de rouwverwerking. We weten nu hoe ons kind eruit zag. Het was erg moeilijk haar te zien, maar we zijn zo dankbaar.' dat we het deden.'

Op de afdeling

U moet als moeder misschien nog enige tijd na de bevalling in het ziekenhuis blijven. Misschien ligt u wel tussen kraamvrouwen met gezonde baby's terwijl uw baby juist is overleden. Dit kan ondraaglijk zijn. Meestal wordt gevraagd of u liever een andere kamer wilt. Vraag er desnoods zelf om. Als u behoefte hebt om tijdens uw verblijf op de afdeling met iemand te praten, dan moedigen wij aan dit te doen. Naast de mensen die bij u op visite komen, kunt u altijd vragen voor een gesprek met de verpleegkundige of arts die u of uw baby verzorgd heeft, net als met een maatschappelijk werker of met één van de pastors van het ziekenhuis.

Obductie (ook wel 'sectie' genoemd)

Vrijwel zeker zal er met u gesproken worden om obductie te laten doen bij uw overleden baby. Obductie is een gedetailleerd onderzoek na het overlijden, om nadere opheldering over de doodsoorzaak te krijgen. De bevinding van zo'n onderzoek kunnen u als ouders verder helpen bij het begrijpen en aanvaarden van het overlijden van uw baby. Soms is het onderzoek ook van belang in verband met erfelijke aspecten ten aanzien van een volgende zwangerschap. Bovendien

zal het onderzoek van uw baby kunnen bijdragen tot een beter inzicht in ziekten van pasgeborenen, zodat we de zorg voor zieke pasgeborenen verder kunnen verbeteren. Als u bezwaren hebt tegen zo'n onderzoek hebt u alle recht dit te weigeren. Iedereen zal uw beslissing respecteren.

Burgerlijke Stand

Voor de inschrijving bij de Burgerlijke Stand is er verschil tussen levend geboren en levenloos geboren kinderen. Ook de duur van de zwangerschap speelt een rol. Na de geboorte moet aangifte worden gedaan in de gemeente van geboorte door de vader, de moeder of door iemand die bij de geboorte aanwezig is geweest. Aangifte moet worden gedaan voor of op de derde dag na de geboorte; zaterdag, zondag en feestdagen niet meegerekend. Bij overlijden ligt de keuze bij de familie wie het overlijden gaat aangeven. De uitvaartverzorger kan dit doen, maar ook de vader, moeder of iemand anders. De aangifte van overlijden wordt gedaan via een door de arts afgegeven verklaring van overlijden. De gegevens (zoals naam, adres, woonplaats, namen van ouders, tijdstip, plaats en datum van overlijden) worden aan de Burgerlijke Stand doorgegeven. Als de baby levenloos geboren is, maakt de ambtenaar van de Burgerlijke Stand geen akte van geboorte en overlijden op, maar alleen een akte waaruit blijkt dat de baby op het moment van aangifte niet in leven was. Bij deze 'akte van een levenloos geboren kind' wordt een 'verlof tot begraven of cremen' afgegeven. Wanneer de baby na de geboorte nog even geleefd heeft en daarna is overleden, wordt bij de aangifte zowel een geboorte- als overlijdensakte opgemaakt. Het blijkt dat dit bij de Burgerlijke Stand soms problemen kan opleveren, omdat de ambtenaren niet altijd goed op de hoogte zijn van deze regels.

De wet op de Lijkbezorging is op geen enkel punt van toepassing als de baby levenloos geboren is binnen een zwangerschapstermijn korter dan 24 weken. Er gelden geen wettelijke regels. De baby hoeft wettelijk gezien niet te worden aangegeven. Als u dit toch wilt, kunt u dit doen met een verklaring van de arts waaruit blijkt dat de baby levenloos geboren is bij een zwangerschapsduur van minder dan 24 weken. Er wordt dan een 'akte van levenloos geboren' opgemaakt. Uw zoon of dochter kan altijd in het trouwboekje worden bijgeschreven. Door de baby een naam te geven, het geslacht bekend te maken en het officieel te laten registreren, krijgt hij of zij een eigen identiteit.

Voor de actuele openingstijden van het gemeenteloket zie www.maastricht.nl.

Waar blijft je baby tot de dag van de uitvaart

Op welke plek wilt u dat uw baby is, de dagen voor de uitvaart? Is dat in het ziekenhuis, in het uitvaartcentrum, thuis of een combinatie daarvan? Afhankelijk van uw situatie kunt u een keuze maken. Wellicht is het ziekenhuis een goede plek, wanneer de moeder daar ook nog verblijft. Het kan ook dat u uw baby liever mee naar huis neemt en het in een wieg of ledikant een plekje geeft. Voordeel hiervan kan zijn dat er alle gelegenheid is om naar uw baby te kijken en aan te raken, op ieder gewenst tijdstip. Een rouwkamer in het uitvaartcentrum behoort uiteraard ook tot de mogelijkheden. Daar is ook voldoende gelegenheid om uw baby te bezoeken en afscheid te nemen. Het is aan u of u uw baby in een wiegje, mandje of kistje legt.

Begrafenis, crematie

Uw zoon of dochter moet op een gepaste manier begraven of gecremeerd worden. Dit mag niet eerder dan 36 uur (behalve bij het Islamitisch geloof) en niet later dan vijf dagen na overlijden gebeuren (de dag van overlijden niet meegerekend). In geval van nood, bijvoorbeeld als de moeder nog te ziek is om de begrafenis of crematie bij te wonen, kan er bij de burgemeester uitstel aangevraagd worden. U bent niet verplicht om een uitvaartverzorger in te schakelen. De organisatie van de begrafenis of crematie mag door de familie zelf worden gedaan. Wilt u toch een uitvaartverzorger inschakelen, dan kan deze een verzorgende, begeleidende en coördinerende rol hebben. U moet zelf het initiatief nemen om een uitvaartonderneming in te schakelen. Wij raden u aan hiervoor een uitvaartonderneming uit uw woonplaats te nemen.

Als u uw baby vanuit het Maastricht UMC+ wilt laten begraven of cremeren, neem dan contact op met de medewerker van het mortuarium (telefoon 043-387 59 39). Het mortuarium van het ziekenhuis is in handen van een externe uitvaartonderneming.

Het is de taak van de eventuele uitvaartverzorger om alle mogelijkheden aan te bieden, rekening houdende met de Wet op de Lijkbezorging. De beperkingen van deze wet zijn minimaal. U moet zelf een aantal beslissingen nemen; wilt u een begrafenis of crematie, wilt u wel of niet een dienst in een kerk of kapel, of een dienst gewoon thuis, hebt u speciale wensen met betrekking tot de begrafenis of crematie, wie wilt u dat aanwezig zijn, wilt u uw zoon of dochter thuis opbaren? Vrijwel alle wensen van nabestaanden kunnen binnen de wetgeving uitgevoerd worden. Sommige begraafplaatsen kennen beperkende voorschriften.

In geval van begraven kan uw baby in het graf van bijvoorbeeld een grootouder worden gelegd of in een speciaal kindergrafje. Na een crematie mag u de as na een maand mee naar huis nemen. De 'asbus' kan op een dierbaar plekje worden gezet, maar de as kan ook worden uitgestrooid op zee of in de tuin. Voor andere plaatsen is toestemming van de grondeigenaar noodzakelijk.

Wanneer er andere kinderen in het gezin zijn, kunt u zich afvragen of u hen mee wilt nemen naar de begrafenis of crematie. Misschien aarzelt u ook of u de plechtigheid zelf moet bijwonen. Wij raden u sterk aan om er samen met uw kinderen heen te gaan. Betrek broertjes en zusjes bij het afscheid van de baby. Zij kunnen iets moois plakken, tekenen of iets voorlezen bij het afscheid. De liefste knuffel kan worden meegegeven. Ze kunnen ook bloemen dragen, kaarsjes aansteken en ballonnen oplaten. Vertel ze alles eerlijk. Ook zij moeten met dit verdriet verder.

Overlijdensverzekering

De meeste begrafenisverzekeringen sluiten kosten voor overlijden in de eerste levensweek uit of keren een beperkt bedrag uit, ook als een gezinsspolis is afgesloten. Wanneer u niet zelf verzekerd bent, is het afsluiten van een begrafenisverzekering voor een couveusekind vrijwel onmogelijk.

Geboortekaartjes, overlijdensbericht

Als de baby overleden is voordat er geboortekaartjes zijn verzonden, dan raden wij u aan op de een of andere wijze officieel te laten weten dat uw baby is overleden. Dit kan via een zelf geschreven of gedrukt kaartje of een overlijdensbericht in de krant. Het geboortekaartje dat vaak al bij de drukker klaar ligt, kan er ook voor gebruikt worden, uiteraard met een aangepaste tekst. De uitvaartverzorger heeft speciale kaarten voorhanden om het overlijden aan te kondigen. Het kan natuurlijk ook gebeuren dat u de geboortekaartjes al verstuurd had voordat uw baby overleed. Ook in dit geval raden wij u aan om familie, vrienden en kennissen op de hoogte te brengen, zodat ook zij voorbereid hun medeleven kunnen tonen. Geeft u ook aan of in de kraamperiode bezoek op prijs wordt gesteld. Deze bezoeken kunnen zeer waardevol voor u zijn.

Moedermelk

Uw baby is overleden en u voelt dat uw borsten melk produceren, waarmee u nu geen raad weet. De moedermelk herinnert u aan uw baby en laat u de leegte bewust en lichamelijk voelen. Net als de naweeën, het vloeien en de slapte van de buik, veroorzaakt dit tegenstrijdige gevoelens van verdriet en boosheid op je lichaam. Het kan ook dat u de stuwings- en melkproductie als positief ervaart. 'Zie je, mijn lichaam werkt wel goed. Ik maak melk aan, mijn baby heeft echt bestaan.' Als u last hebt van stuwings- of pijnlijke borsten kan het volgende u wellicht verlichting geven:

- draag een goed passende BH; of als u het prettiger vindt geen BH;
- vraag om pijnstilling;
- koelen van de borsten (als u dit prettig vindt);
- masseren van de borsten (als u dit prettig vindt);
- bij zeer ernstige stuwings- eenmalig leeg kolven van de borsten;
- saliethee.

Meestal is er sprake van een toenemende stuwing met een piek tussen de derde en zesde dag. Daarna neemt de pijn geleidelijk af. De melkproductie zal na enige tijd vanzelf stoppen. De dokter kan ook medicijnen voorschrijven waardoor de melkproductie stopt. Stuwing die niet behandeld wordt verdwijnt meestal binnen zeven tot tien dagen. Het is echter zeer verdrietig te beseffen dat er geen baby meer is die uw borstvoeding nodig heeft. Vraag hulp bij de lactatiekundige.

Als één van een tweeling overlijdt

Als één van een tweeling overlijdt, ontstaat er een verwarrende situatie, namelijk dat u verdrietig bent, maar ook blij met of juist nog ongerust bent over uw nog levende baby. Het verschil tussen ouders die één van een tweeling verliezen en andere ouders die hun baby verliezen zit niet in het verdriet. Het is de specifieke situatie waarbij er ook nog een andere baby is waarover u zich zorgen maakt en blij mee bent. Probeer de tijd te nemen die u nodig hebt om afscheid te nemen van uw overleden baby en de lange tijd, pijn en moeite die nodig is om met uw verdriet verder te leven.

Naar huis

Het is begrijpelijk dat u, als dit medisch verantwoord is, zo snel mogelijk het ziekenhuis wilt verlaten omdat u zich in eigen kring gemakkelijker aan uw verdriet kunt overgeven. Het kan ook gebeuren dat u liever nog niet naar huis gaat, omdat u opziet tegen de leegte die daar ontstaat. Het met lege handen uit het ziekenhuis komen is een bittere teleurstelling. U had zich op een blijde thuiskomst verheugd en thuis staat misschien alles klaar voor de baby, die er niet meer is. Toch is het niet goed om alle sporen van voorbereiding op uw kindje vóór uw thuiskomst uit te wissen. Dat zou u de kans ontnemen ook op deze manier, hoewel pijnlijk, afscheid te nemen van uw baby. Het is immers beter te accepteren dat er werkelijk een baby was. Dit zal u helpen beter met uw verdriet en met de gevoelde leegte om te gaan. Er is geen haast: wat u met de babyspullen doet kan altijd later besloten worden. De eerstvolgende dagen en nachten zullen gekenmerkt worden door uw gedachten aan de baby. Aarzel niet medische hulp in te roepen bij problemen (bijvoorbeeld slaapstoornissen). Het is normaal dat u veel huilt, droomt en praat over uw baby.

Een moeder vertelt:

Het was op de dag van mijn thuiskomst voor het eerst dat ik mijn gevoelens de vrije loop liet. Ik kwam op kerstavond thuis. Mijn man maakte een fles wijn open, ging naast me zitten en luisterde, luisterde zes uur lang naar mijn huilen en praten. Hij was begrijpend, aanmoedigend en vooral voelde ik dat hij van me hield.'

Weer thuis: een aanzet

U moet zich realiseren dat als u weer thuis bent de mensen in uw omgeving, familie en vrienden, het soms erg moeilijk vinden met u te praten over het verlies van uw baby. Sommigen vinden het zo moeilijk dat ze elk contact vermijden. In het contact zijn de eerste woorden het moeilijkste; als u erover wilt praten, begin er dan gerust zelf over. Vaak blijkt dat ook uw vrienden en familie behoefte hebben er met u over te praten en u erbij te helpen. Het zelf benaderen van vrienden kan een goede aanzet zijn om hen over de moeilijke drempel van contact maken te helpen.

Reactie van een ouder:

'Daags na het overlijden van ons kind, hebben we al onze vrienden en kennissen opgebeld en veel daarvan hebben gezegd: als jullie niet hadden gebeld hadden wij niet durven komen.'

Odin 046012 / uitgave: november 2017

Bezoekadres
P. Debyelaan 25
6229 HX Maastricht

Postadres
Postbus 5800
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer
043-387 65 43
www.mumc.nl