



WEGBEGLEITER
für trauernde Eltern

Liebe Eltern,

es ist eine unfassbare und sehr schmerzhaft Erfahrung, wenn das eigene Kind die Welt so schnell wieder verlassen muss, manchmal sogar schon vor der Geburt. In der nächsten Zeit wird es nicht leicht für Sie sein, den Tod Ihres Kindes zu verstehen.

Wir sprechen Ihnen unser tiefstes Mitgefühl aus.

Mit dieser Informationsbroschüre möchten wir Ihnen helfen, mit der Situation nach dem Tod Ihres Kindes umzugehen.

Ihr Kind war vielleicht noch zu klein oder zu krank, um überleben zu können. Zusätzlich zum Schmerz und zur Enttäuschung, die Sie darüber empfinden, kommen jetzt Fragen auf Sie zu, die geklärt werden müssen.

Wir wünschen Ihnen viel Kraft für die kommende Zeit und für Ihren persönlichen Weg mit der Trauer umzugehen.

Mitarbeiter*innen der Frauenklinik Gießen



Prof. Dr. Ivo Meinhold-Heerlein
Direktor der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Wem ein Geliebtes stirbt, dem ist es wie ein Traum,
Die ersten Tage kommt er zu sich selber kaum.
Wie er's ertragen soll, kann er sich selbst nicht fragen;
Und wenn er sich besinnt, so hat er's schon ertragen.

Friedrich Rückert

Was passiert mit mir und meinem Kind?

Der Ablauf der Geburt eines vor der Geburt verstorbenen Kindes entspricht im Grunde dem eines lebenden. Wir werden die Geburt durch Medikamente einleiten. Wie lange es dauert bis Sie Wehen bekommen ist sehr unterschiedlich und auch für uns leider nicht voraus zu sagen. Es kann einen Tag oder auch manchmal eine Woche dauern bis Geburtswehen einsetzen. Wir wissen aus Erfahrung, dass dies eine sehr belastende Zeit für Sie ist und werden versuchen Sie in dieser Zeit so gut es geht zu unterstützen. Bis zur 20. Schwangerschaftswoche ist häufig nach der Geburt eine Ausschabung nötig. Diese findet dann im Kreißaal-OP statt. Alle möglichen Maßnahmen werden ausführlich mit Ihnen besprochen und abgewogen.

Wenn Sie Wehen bekommen, wird das Kind in Ihrem Patientenzimmer oder im Kreißaal in angemessener Atmosphäre geboren werden. Auf Wunsch können Sie Ihr Kind selbst abnabeln und es zum Abschied im Arm halten. Auch wenn dies im ersten Moment beängstigend klingt, möchten wir Sie dazu ermutigen Ihr Kind zu sehen, es im Arm zu halten und gemeinsame Zeit zu verbringen. Letztlich entscheiden jedoch Sie, wie Sie mit der Situation umgehen möchten. Bitte teilen Sie uns Ihre Wünsche und Vorstellungen mit, wie Sie als Eltern nach der Geburt in die Abläufe eingebunden werden möchten. Ihr Kind wird nach der Geburt gemessen, gewogen und auf Wunsch fotografiert. Wenn Sie sich neben den Hebammen und Ärzten noch weitere Begleitung wünschen, können wir Ihnen gerne den Kontakt zur Klinikseelsorge vermitteln. Scheuen Sie sich nicht, uns anzusprechen. Die Kontaktdaten finden Sie aber auch unter dem Kapitel „Unterstützungsmöglichkeiten und Kontaktadressen“.

Ihr Kind bleibt so lange bei Ihnen auf dem Zimmer, bis Sie uns das Zeichen geben, dass Sie bereit sind Ihr Kind gehen zu lassen. Danach wird Ihr Kind in die Pathologie gebracht und bleibt dort bis zur Abholung durch einen Bestatter oder bis zur gemeinsamen Bestattung fehlgeborener Kinder.

Wenn Sie Ihr Kind gerne mit eigener Kleidung und persönlichen Gegenständen verabschieden möchten, empfiehlt es sich, dies dem Bestatter oder im Falle einer gemeinsamen Bestattung mit dem Kind mitzugeben.

FOTOGRAFIEN VON IHREM KIND

In unserem Haus besteht eine Zusammenarbeit mit der Organisation „Dein-Sternenkind Stiftung“. Diese erstellen auf Ihren Wunsch kostenlos würdevolle Fotografien von Ihnen mit/und von Ihrem Kind. Bei Interesse wenden Sie sich an die Hebammen oder Ärzte auf Station. Sie finden die Kontaktdaten auch noch mal unter dem Kapitel „Unterstützungsmöglichkeiten und Kontaktadressen“.

Ein Arzt/eine Ärztin wird Sie fragen, ob Sie mit einer Untersuchung im Institut für Pathologie zur Abklärung der genauen Todesursache einverstanden sind. Möglicherweise kann diese Untersuchung wichtige Hinweise geben, die auch für Sie, insbesondere im Hinblick auf eine weitere Schwangerschaft, hilfreich sind. Sollten Sie ebenfalls eine humangenetische Beratung einholen wollen, kann die pathologische Untersuchung eine wichtige Grundlage hierfür sein. Wenn Sie sich für eine pathologische Untersuchung entscheiden, wird darüber ein Bericht erstellt, der Ihrer behandelnden Frauenärztin/ Ihrem behandelnden Frauenarzt nach einiger Zeit zugesandt wird. Bei einigen Untersuchungen, kann es aber auch mehrere Wochen dauern, bis ein Ergebnis vorliegt. Sie können alle Einzelheiten mit ihr/ihm besprechen.



Was passiert mit mir nach der Geburt?

WOCHENBETT UND MILCHEINSCHUSS

Auch nach einer Fehl- oder Totgeburt braucht der Körper Zeit, damit sich der Hormonhaushalt normalisiert und die Gebärmutter sich zurückbildet. Der Wochenfluss kann zwischen einer und sechs Wochen andauern. Die Milchproduktion kann bereits ab der 15. Schwangerschaftswoche einsetzen. Dem kann man medikamentös oder homöopathisch entgegenwirken. In der Regel erhalten Sie Cabergolin (Dostinex®) nach der Geburt, damit der Milcheinschuss nicht einsetzt. Falls Sie eine Hebamme haben (auch bei Fehlgeburten und verstorbenen Kindern haben Sie das Recht auf die Betreuung durch eine Hebamme), wird sie Sie auch bei etwaigen Schmerzen, Druckgefühl und dem Anschwellen der Brust mit Maßnahmen zur Förderung des Rückbildungsprozesses unterstützen, wie z. B. das Ausstreichen und Kühlen der Brust.

MUTTERSCHUTZ

Ein Schwangerschaftsabbruch und eine Fehlgeburt sind im rechtlichen Sinne keine Entbindung. Somit gelten auch keine Schutzfristen nach der Geburt. Jedoch gelten die Schutzfristen des Mutterschutzgesetzes nach einer Totgeburt. Ebenso haben Sie Anspruch auf eine zwölfwöchige Schutzfrist, wenn Ihr Kind vor der 37. SSW entbunden wurde oder weniger als 2500 g wog. Auf ausdrücklichen Wunsch, jedoch frühestens drei Wochen nach der Geburt, können Sie, wenn nach ärztlichem Zeugnis keine Einwände vorliegen, wieder beruflich beschäftigt werden.

Trauerprozess

Der Tod eines Kindes, egal ob bereits geboren oder ungeboren, ist ein unfassbares und schreckliches Ereignis, welches Sie als Eltern meist völlig unvorbereitet trifft. Sie fragen sich vielleicht, warum das nur passiert, warum Sie Ihr Kind nie lachen hören oder aufwachsen sehen dürfen. Mit dem Tod des eigenen Kindes stirbt oft auch ein Teil der Eltern selbst. Mit dem Gefühl des Verlustes und der Verzweiflung kommt auch die Trauer. Trauer soll uns heilen und uns helfen, leichter das Erlebte zu verarbeiten. Trauer ist bei jedem Menschen unterschiedlich ausgeprägt und somit ist auch die Verarbeitung des Verlustes nicht zu verallgemeinern. Scheuen Sie sich nicht über Ihre Gefühle und Ihr Empfinden zu sprechen, sei es mit dem Partner, mit Verwandten, Freunden oder auch der Klinikseelsorge, unserem Personal sowie Selbsthilfegruppen. Nehmen Sie sich die Zeit und den Raum, den Sie brauchen, und suchen Sie sich Hilfe und Unterstützung in dieser schweren Zeit. Viele Betroffene berichten, dass sie sich anfangs leer und wie gefühllos/betäubt fühlen oder Ihre Gefühle schlicht nicht zeigen oder in Worte fassen können. Trauer und Abschied sind Prozesse, die für jeden Menschen unterschiedlich lang anhalten, welche man jedoch grob in folgende Phasen (n. E. Kübler-Ross) aufteilen kann. Jedoch erlebt auch diese Phasen nicht jeder in derselben Reihenfolge oder lässt sogar Phasen in seinem Trauerprozess aus. All dies ist völlig normal, denn Sie befinden sich in einer absoluten Ausnahmesituation.



PHASE 1: VERLEUGNUNG

Diese Phase wird auch das „nicht wahr haben wollen“ oder „Isolierung“ genannt. In dieser Phase wird also das Geschehene abgelehnt, Diagnosen werden abgestritten oder es wird von Verwechslung gesprochen.

PHASE 2: DER ZORN

In dieser Phase wird man zornig aufgrund der schrecklichen Situation, in welcher man steckt und ist vielleicht auch neidisch und zornig auf alle anderen, welche dieses Leid nicht erfahren müssen.

PHASE 3: DAS VERHANDELN

Oft versuchen die Betroffenen einen Ausweg aus der Situation durch die Verhandlung z. B. mit Gott. Sie erhoffen sich z. B. eine längere Lebenszeit oder die Freiheit von Schmerz, wenn sie z. B. ihren Körper der Wissenschaft freigeben, um noch etwas aus der Situation zu ziehen.

PHASE 4: DEPRESSION

Verzweiflung und Verlust lösen in dieser Phase die vorher gespürte Wut, den Zorn und die Erstarrung ab. Hier taucht nun die Frage auf, wie das Leben mit dem erlebten Verlust nun weitergehen soll.

PHASE 5: DIE AKZEPTANZ

In dieser auch schwierigsten und langwierigen Phase wird das Geschehene akzeptiert und man ist frei von negativen Gefühlen. Jedoch ist diese Phase nicht zu vergleichen mit dem Vergessen. Die Angehörigen lernen allmählich mit dem Verlust umzugehen und finden wieder in ihren Alltag ein.

Nach der Überwindung des ersten Schockzustandes bricht die Wirklichkeit dann oft wie über einen hinweg. Heftige Gefühlsausbrüche und Gefühle wie Angst oder Wut und Zorn sind völlig normal. Diese Gefühle können sich mit tiefer Niedergeschlagenheit abwechseln. Oft durchlebt man auch schmerzlichschuldgefühle, wieso man sein Kind nicht vor dem Tod beschützen konnte. Manche Eltern verspüren sogar den Wunsch, ihrem Kind in den Tod zu folgen. Dies ist nichts Ungewöhnliches, sollte dieser Todeswunsch jedoch überhand nehmen, sollten Sie dringend professionelle Hilfe in Anspruch nehmen (s. „Unterstützungsmöglichkeiten und Kontaktadressen“).

TRAUER IN DER PARTNERSCHAFT

Auch für die Partnerschaft ist der Verlust des eigenen Kindes eine große Belastung. Jeder erfährt Trauer anders und manchmal ist es für den Partner unverständlich, wie das Gegenüber mit dem Erlebten umgeht. Oft trauern die Väter, in dem sie ihre Trauer „mit sich selbst“ ausmachen. Dies wird dann von den Müttern als Desinteresse oder Gefühllosigkeit gedeutet. Deshalb ist es umso wichtiger, dass Sie mit Ihrem Partner über Ihre Gefühle sprechen und einander mit Respekt, Akzeptanz und Verständnis begegnen. Auch das Sexualleben kann in dieser Zeit von beiden Partnern unterschiedlich durchlebt werden. Hat der Eine vielleicht großes Verlangen nach Sexualität, weil es ihm ein Gefühl von Nähe und Geborgenheit schenkt, so ist es für den anderen völlig unverständlich nun den Wunsch nach Sexualität zu äußern. Keine Verhaltensweise und kein Wunsch sind normal oder unnormal. Es gibt in dieser Zeit kein richtig oder falsch. Wichtig ist nur, dass Sie mit Ihrem Partner darüber sprechen und Wünsche und Grenzen des anderen akzeptieren und respektieren.



GESCHWISTERTRAUER

Für die hinterbliebenen Geschwisterkinder ist der Verlust des Geschwisterchens besonders schwer. Auf der einen Seite ist es sehr schwer zu verstehen, wieso Mamas Bauch plötzlich nicht mehr so dick ist, das Geschwisterchen allerdings nicht mit nach Hause kommt. Zum anderen sind Sie als Eltern in der Trauer wahrscheinlich kaum in der Lage, sich genauso um ihr Kind zu kümmern wie üblich. Sprechen Sie mit Ihren Kindern offen über die Situation und tabuisieren Sie das Thema Tod und Trauer nicht. Dies hilft den Kindern die Umstände besser zu verstehen und den Fehler nicht bei sich selbst zu suchen. Versuchen Sie Ihr Kind mit einzubeziehen und entscheiden Sie selbst, was Sie Ihrem Kind zumuten können und was nicht. So kann es für das verbliebene Geschwisterchen meist sehr hilfreich sein, das Verstorbene zu sehen, zu berühren und sich zu verabschieden. Hilfreich ist es ebenso z. B. im Kindergarten oder der Schule Bescheid zu sagen. Im Bereich „Hilfreiche Literatur“ haben wir ein paar Literaturhinweise auch zum Thema Geschwistertrauer gesammelt. Die Bücher helfen Ihnen vielleicht etwas zu erklären, selbst wenn Sie sich gerade sprachlos fühlen.

DAS SOZIALE UMFELD

In Ihrem sozialen Umfeld, sprich Ihrer Verwandtschaft, Freunde, Arbeitskollegen, Nachbarn und Bekannten, wird man wahrscheinlich recht unterschiedlich auf die traurige Nachricht reagieren. Außenstehende verspüren oft das Bedürfnis, etwas Hilfreiches tun oder sagen zu müssen, was oft auch unbeabsichtigt verletzend sein kann. Ebenso kommt es immer wieder vor, dass Menschen mit Unverständnis auf die Trauer eines im Bauch verstorbenen Kindes reagieren, besonders in der frühen Schwangerschaft. Getrost dem Motto „das Kind war ja noch gar nicht auf der Welt“ ist es für viele schwer nachvollziehbar, wie Sie sich gerade fühlen. Wiederum andere wissen nicht wie sie angemessen reagieren sollen und ziehen sich aus der Angst heraus etwas Falsches zu sagen zurück. Wenn Sie den Wunsch nach Kontakt verspüren, scheuen Sie sich nicht Ihrem Umfeld ein Zeichen zu geben. Umgekehrt ist es vollkommen in Ordnung den Wunsch nach Ruhe zu signalisieren.

Die Bestattung

Im Aufruhr der Gefühle, in dem Sie sich gerade befinden, erscheint Ihnen möglicherweise die Frage wie der Körper Ihres Kindes behandelt werden soll, als eine zusätzliche Härte. Aber es ist wichtig, dass Sie sich die Zeit nehmen, darüber nachzudenken.

Nach dem Personenstandsgesetz ist jedes Kind, welches bei der Geburt Lebenszeichen gezeigt hat und/oder 500 g oder mehr gewogen hat, standesamtlich zu beurkunden. Im Falle einer Totgeburt wird darüber eine Urkunde ausgestellt. Bei einem Kind, das kurze Zeit gelebt hat, werden sowohl eine Geburts- als auch eine Sterbeurkunde ausgestellt. Die Meldung beim Standesamt müssen Sie selbst vornehmen. Dies geschieht bei uns in der Klinik über Herrn Spissinger (Hauptgebäude, Ebene 0).

Wenn das Kind nach Geburt Lebenszeichen zeigte, besteht zusätzlich zur Beurkundungspflicht auch eine Bestattungspflicht durch die Eltern. Wenn das Kind keine Lebenszeichen zeigte, mehr als 500 g wog und/oder nach Ablauf der Schwangerschaftswoche 24 + 0 geboren wurde, besteht ebenfalls eine Bestattungspflicht. Es ist ratsam in dem Ort, in dem Ihr Kind bestattet werden soll, ein Bestattungsunternehmen zu beauftragen, welches alle Formalitäten regelt und Sie auch über die verschiedenen Bestattungsmöglichkeiten und -kosten berät.

Wenn das Kind nach Geburt keine Lebenszeichen zeigte und weniger als 500 g wog und vor Ablauf der 24 + 0 SSW geboren ist, besteht keine Bestattungspflicht durch die Eltern.

Es besteht aber die Möglichkeit einer gemeinsamen Bestattung durch die evangelische und katholische Klinikseelsorge des Uniklinikums Gießen (siehe S. 16).

Natürlich besteht in jedem Fall, unabhängig vom Schwangerschaftsalter und Geburtsgewicht, die Möglichkeit Ihr Kind selbst zu bestatten. Sollten Sie dies wünschen, bitten Sie das Personal um die Ausstellung eines Formulars zur Vorlage beim Friedhofsamt, welches das Bestattungsinstitut benötigt.

Da wir wissen, wie verwirrend diese Regelungen sein können, haben wir sie noch einmal in Tabellenform zusammengefasst.

	Lebenszeichen bei Geburt unabhängig von Gewicht oder Schwangerschaftswoche (SSW)	Totgeburt/ Fehlgeburt vor der 24 + 0 SSW und < 500g	Totgeburt/ Fehlgeburt nach der 24. SSW und/ oder > 500 g
Eigene Bestattung	erforderlich	Möglich, wenn eine gemeinsame Bestattung nicht gewünscht wird	erforderlich
Gemeinsame Bestattung aller nicht bestattungspflichtigen Kinder	Nicht möglich	erforderlich	Nicht möglich
Standesamtliche Beurkundung	ja	Nein	ja

Sollten Sie Schwierigkeiten bei der Finanzierung einer eigenen Bestattung haben, die aber rechtlich notwendig ist, so ist ggf. eine (teilweise) Übernahme der Kosten durch das Sozialamt möglich. Wenden Sie sich bitte an unser Personal. Mit Hilfe des Sozialdienstes werden wir versuchen Sie so gut es geht zu unterstützen.

Ein Hauch von Leben

Nur ein Hauch von Leben,
mehr war es noch nicht.

Nur ein Hauch von Leben,
trotzdem vermissen wir dich.

Für kurze Zeit nur bei uns,
nicht genug dich richtig kennenzulernen.
Für kurze Zeit nur bei uns,
gingst viel zu früh zu den Sternen.

Vergessen werden wir dich nie,
bist in den Sternen und im Wind.
Vergessen werden wir dich nie,
du bleibst für immer unser Kind.

Wir werden nicht aufhören dich zu lieben,
auch wenn der Verlust wird immer schmerzen.
Wir werden nicht aufhören dich zu lieben,
du bist in unseren Gedanken und unseren Herzen.

Carolin Semmelroth

ÖFFENTLICHE TRAUERFEIER UND GEMEINSAME BESTATTUNG

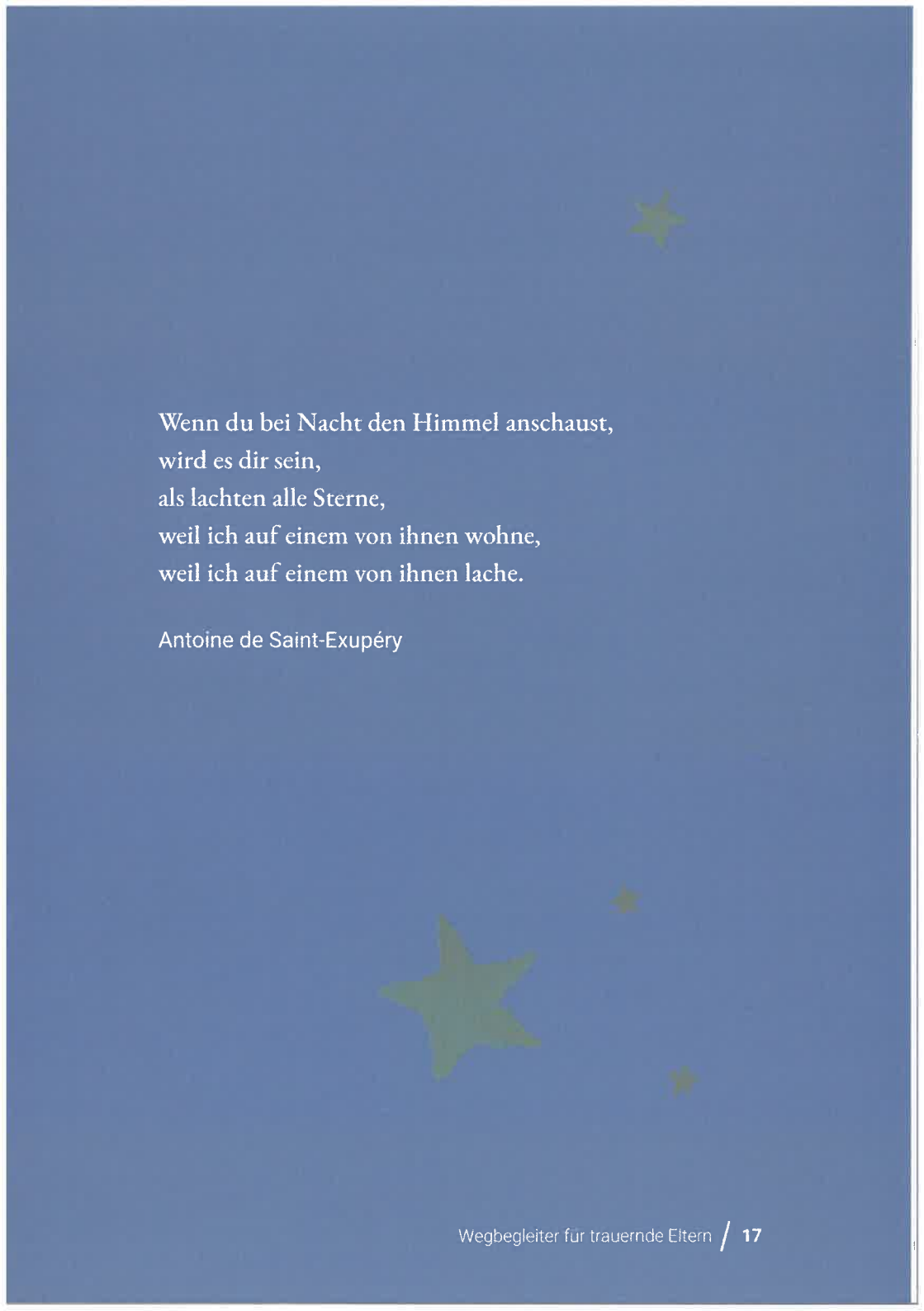
Jährlich am ersten Freitag im November auf dem „Neuen Friedhof am Rodtberg“, Friedhofsallee 43, 35396 Gießen. Aktuelle Informationen zur gemeinsamen Bestattung finden Sie auf dem separaten Informationszettel oder auf der Homepage unserer Klinik.

Die Trauerfeier findet in der Friedhofskapelle statt mit anschließendem Gang zum Kindergrabfeld, wo die nicht bestattungspflichtigen Kinder in der Nähe der Statue mit dem Titel „Geborgenheit“ beigesetzt werden. Zur Trauerfeier und Beerdigung sind selbstverständlich alle Familien eingeladen, ungeachtet einer Religionszugehörigkeit. Einige Kinder werden aus medizinischen Gründen in der Pathologie in Marburg untersucht, dann ist eine Bestattung in Marburg oder auch heimatnah möglich. Wenn Sie das betrifft, werden Sie in den persönlichen Gesprächen darüber informiert.

WORLDWIDE CANDLE LIGHTING (GEDENKTAG FÜR VERSTORBENE KINDER)

Am zweiten Sonntag im Dezember sind jedes Jahr um 19:00 Uhr alle Menschen dieser Welt eingeladen mit einer entzündeten Kerze im Fenster, der verstorbenen Kinder zu gedenken.
Initiative der „Compassionate Friends“, USA.

Anlässlich dieses Gedenktages findet jährlich am zweiten Sonntag im Dezember um 15.00 Uhr eine Gedenkfeier für verstorbene Kinder in der Evangelischen Petruskirche (Wartweg 9) in Gießen statt.
Organisiert wird der Gottesdienst durch die Klinikseelsorge sowie Eltern verschiedener Selbsthilfegruppen. Eltern können die Namen ihrer Kinder vor Ort in ein Buch eintragen, so dass diese dann verlesen werden. Betroffene haben die Möglichkeit, ihre Trauer miteinander zu teilen, sich gemeinsam zu erinnern und gegenseitig zu stärken, unabhängig davon wie lange der Tod ihres Kindes zurückliegt. Im Anschluss besteht die Möglichkeit sich Gemeindehaus auszutauschen und über Selbsthilfegruppen zu informieren.



Wenn du bei Nacht den Himmel anschaust,
wird es dir sein,
als lachten alle Sterne,
weil ich auf einem von ihnen wohne,
weil ich auf einem von ihnen lache.

Antoine de Saint-Exupéry

Unterstützungs- möglichkeiten und Kontaktadressen

Im Nachfolgenden bieten wir Ihnen einen Überblick über mögliche Unterstützungsmöglichkeiten und Kontaktadressen, wo Sie Beratung, Betreuung oder schlicht Informationen erhalten können.

- + **Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe**
Prof. Dr. I. Meinhold-Heerlein
Klinikstraße 33, 35392 Gießen
Kreißaal: 0641 985 45125
Sekretariat: 0641 985 45101

- + **Evangelische Klinikseelsorge**
Frankfurter Straße 57, 35392 Gießen
Tel.: 0641 985 40328 / Fax: 0641 985 40319
Ständige Rufbereitschaft über die Rezeption des Klinikums

- + **Katholische Klinikseelsorge**
Frankfurter Straße 57, 35392 Gießen
Tel.: 0641 985 40325 / Fax: 0641 985 40319
Ständige Rufbereitschaft über die Rezeption des Klinikums

- + **Kinderpalliativteam Mittelhessen**
Tel.: 0641 985 43907
www.palliativpro.de/kinder

INITIATIVEN UND GRUPPEN

- + **Dein-Sternenkind Stiftung (Sternenfotographen)**
Informationen unter www.dein-sternenkind.eu
E-Mail: info@dein-sternenkind.eu
Tel.: 0160 99583988
Notfallnummer: 06257 9185009

- + **Bundesverband Verwaiste Eltern und trauernde Geschwister in Deutschland e. V.**
Informationen unter www.veid.de
Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern Gießen
Tel.: 0176 51599354
E-Mail: VerwaisteEltern-Giessen@web.de

- + **Initiative REGENBOGEN „Glücklose Schwangerschaft“ e. V.**
Informationen unter www.initiative-regenbogen.de
Kontaktadressenvermittlung unter
E-Mail: KAV@initiative-regenbogen.de

- + **Lokale Familienberatungsstellen**
z.B. Pro Familia, Caritas, Diakonisches Werk, Donum vitae

- + **Gedankenschiff.de**
Psychosoziale Notfallversorgung und Trauerbegleitung
www.gedankenschiff.de
Tel.: 06404 6681781
Erste Hilfe per WhatsApp: 0160 97371015
E-Mail: Info@gedankenschiff.de

- + **Mütterzentrum Marburg Selbsthilfegruppe „Regenbogen – verwaiste Eltern“**
Gesprächsrunde jeden 2. Mittwoch im Monat um 20.00 Uhr
www.muetterzentrum-marburg.de

- + **Hospizdienst Lahn-Dill**
Ansprechpartner Hartmut Uebach
Tel.: 02771 8148568
- Trauergruppe für Eltern von Sternenkindern
- Trauergruppe für allg. Trauernde (Eltern, Ehepartner, etc.)

- + **Trauerseminare Blauer Falter**
Trauerseminare
www.blauerfalter.de

- + **Charly und Lotte**
Kostenlose Beratung, Kunsttherapie, Einzeltrauerbegleitung und Trauerbegleitung in altersgerechten Gruppen für Kinder und Jugendliche in Wetzlar
Tel.: 06441 2092677 oder
E-Mail: trauerbegleitung@hospiz-mittelhessen.de

TRAUERKUREN

Bei anhaltenden Trauerverläufen kann nach frühestens 6-12 Monaten eine Trauerkur in Erwägung gezogen werden

- + **Klinik Sellin (Rügen):** Tautropfen - Trauerbegleitung für Mütter nach Fehlgeburt (insbesondere in den ersten 24 SSW)
- + **Klinik Sellin (Rügen):** Ein Platz bleibt leer - Trauerbegleitung für verwaiste Eltern und trauernde Geschwister
- + **Nachsorgeklinik Tannheim (bei Villingen-Schwenningen):** Trauerbegleitung für verwaiste Eltern und trauernde Geschwister
- + **Nachsorgeklinik Berlin-Brandenburg:** Trauerbegleitung für verwaiste Eltern und trauernde Geschwister

Psychotherapeutische Begleitung

Leider wird es von einigen Menschen immer noch als nicht „normal“ angesehen, sich in psychotherapeutische Behandlung zu begeben. Scheuen Sie sich jedoch bitte nicht, dieses Angebot anzunehmen, denn in schwierigen Lebenssituationen wie dem Verlust Ihres Kindes kann eine psychotherapeutische Begleitung sehr hilfreich sein. Hier können Sie eventuell durch Gespräche Ordnung in Ihre Gefühlswelt bringen. Ebenso bieten diese Gespräche Raum für Sie selbst und Ihre Trauer, ohne dass Sie befürchten müssten Ihren Partner/ Ihre Partnerin/ Ihr Umfeld mit Ihrer Trauer und Gefühlen zu belasten.

Beachten Sie jedoch, dass nicht alle Psychologen*innen und Psychotherapeuten*innen ausgebildet sind mit Eltern, die ihr Kind verloren haben, umzugehen. Gerne bietet Ihnen die psychosomatische Ambulanz des Uniklinikums unter Leitung von Prof. J. Kruse eine erste Anlaufstation. Sollten Sie es wünschen, kann auch schon während des stationären Aufenthaltes ein Konsil durch die Kollegen der Psychosomatik erfolgen.

+ **Psychosomatische Ambulanz**

Sekretariat

Ludwigstr. 76, 35392 Gießen

Tel.: 0641 99 45631

Telefonische Anmeldung: Montag-Freitag von 8.00 bis 13.00 Uhr



Hilfreiche Literatur

- + **Hannah Lothrop:**
Gute Hoffnung – jähes Ende. Fehlgeburt, Totgeburt und Verluste in der frühen Lebenszeit.
Begleitung und neue Hoffnung für Eltern
München: Kösel, 15. aktualisierte Auflage, 2010.
Dieses gut strukturierte Buch begleitet Eltern einfühlsam auf ihrem Weg durch die Trauer. Ein Standardwerk für viele Betroffenen.

- + **Heike Wolter:**
Mein Sternenkind – Begleitbuch für Eltern, Angehörige und Fachpersonen nach Fehlgeburt, stiller Geburt oder Neugeborenentod.
Salzburg: Edition Riesenburg, 2012.
Im Fokus stehen ihre ganz persönlichen Verlusterfahrungen, die Entwicklung der Trauer und das Heilwerden, das kein Vergessen meint; sondern ein dankbares Erinnern an die viel zu kurze gemeinsame Zeit mit dem Sternenkind.

- + **Melanie und Dominik Rihm (Hrsg.):**
Die vergessene Trauer der Väter
Nordenstedt: Books on Demand 2008.
Dieses Buch ist eines der wenigen, das sich ausschließlich den Vätern widmet, die ihr Kind verloren haben. Es bietet eine Sammlung von Erfahrungsberichten, Gedichten, Briefen sowie Abhandlungen über die Trauer der Väter, den trauernden Vater, Paartrauer und den Umgang des sozialen Umfelds mit der Trauer, allesamt verfasst von betroffenen Vätern für betroffene Väter.

- + **Heike Wolter und Regina Masaracchia:**
Lilly ist ein Sternenkind. Das Kindersachbuch zum Thema verwaiste Geschwister
Salzburg: Edition Riedenburger, 2. Auflage, 2011.
In diesem Kindersachbuch wird der Trauer von Geschwistern eines Sternenkindes genügend Raum gegeben und auch der Alltag nach einem Verlust berücksichtigt. Nützliche Tipps und ein Adressteil informieren und helfen betroffenen Eltern und Angehörigen, denn verwaiste Geschwister sind oft doppelt belastet – durch den Tod des Babys und die Trauer der Eltern.

Herausgeber:

Universitätsklinikum Gießen und Marburg GmbH

Standort Gießen

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Klinikstr. 33, 35392 Gießen

Verfasserin: Dr. med. Vera Müller

Redaktion: Dr. med. Magdalena Zeppernick

Fotos: Titel © Ida Godde, alle weiteren Bilder © iStock

Ausgabe: 07/2021



FRAUENKLINIK GIESSEN

Universitätsklinikum Gießen und Marburg GmbH
Standort Gießen

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Klinikstr. 33
35392 Gießen

Verbundenes Unternehmen der

