



***Ađmissa  
barnið sitt***

Útgefandi:

Landspítalinn 2. útgáfa 1991  
Barnaspítali Hringsins  
Kvennadeild Landspítalans

Samantekt og ritstjórn annaðist

Gunnar Biering, Vökudeild  
Barnaspítala Hringsins, Landspítalanum

Aðstoð veittu eftirtaldir aðilar,  
sem allir starfa við Landspítala

Anne Hayes	Atli Dagbjartsson
Hörður Bergsteinsson	Jóhann Heiðar Jóhannsson
Jón Bjarman	Kristín I. Tómasdóttir
María Björnsdóttir	Reynir Tómas Geirsson
Stefán Hreiðarsson	Svana Pálsdóttir
Svava Stefánsdóttir	

Umbrot:

Gagnasmiðja/ AV

Endurskoðað og lagfært í samstarfi starfsmanna Barnaspítala  
Hringsins og Kvennadeildar Landspítala í mars 2000.

Guðrún G. Eggertsdóttir	Hanna Antoníusdóttir
Helga Ágústsdóttir	Ingileif Malmberg
Kristín Viktorsdóttir	Ragnheiður Sigurðardóttir

## Inngangur

Þessi litla bók er ætluð foreldrum, sem eignast andvana barn eða missa barn fljótlega eftir fæðinguna. Í bókinni er ekkert sem getur bægt frá öllum þeim sársauka og sorg sem foreldrar finna fyrir. En bókin getur vonandi miðlað ykkur einhverju af þekkingu og reynslu starfsfólks sjúkrahússins.

Foreldrar þurfa að fást við tilfinningar, sem í flestum tilvikum eru þeim framandi. Þeir neyðast jafnframt til að taka margar veigamiklar ákvarðanir, sem þeir eru illa undirbúnir að fást við. Dvölin á sjúkrahúsinu er í flestum tilfellum of stutt til þess að starfsfólkinu gefist tími til að undirbúa foreldrana undir það sem framundan er. Bókin getur þá komið að gagni m.a. með því að fjalla opinskátt um lát barnsins. Reynslan hefur sýnt að foreldrar ráða betur við sorg sína ef þeir geta horfst í augu við dauðann, í stað þess að forðast alla umhugsun eða umræðu um þessa staðreynd lífsins eða láta sem barnið hafi aldrei verið til í raun og veru. Staðreyndin er hinsvegar sú að foreldrar gleyma aldrei, né heldur vilja gleyma því, að þeir hafi eignast barn þó svo líf barnsins hafi eingöngu verið líf í móðurkviði.

Allir finna til sorgar og söknuðar við ástvinamissi, en þó með ólíku móti. Við verðum að taka á móti sorginni til að geta aðlagast þeim missi sem við höfum orðið fyrir. Flestum reynist þessi sorgartími lengri en þá hafði órað fyrir. Það tekur einfaldlega langan tíma að jafna sig á ástvinamissi.

Eins og að ofan greinir er þessi litla bók fyrst og fremst ætluð foreldrum til upplýsinga og leiðbeininga og í textanum verður því oft talað beint til þeirra.

## Efnisyfirlit:

Tilfinningar	5
Einmanaleiki	5
Tómleiki	6
Kvíði	6
Reiði	7
Tilfinningar systkina	7
Sektarkennd	8
Tvíburar	8
Líkamleg einkenni	9
Hversu lengi?	9
Það er ekkert að því að gráta	10
Tímabilið eftir fæðingu	10
Starfsfólk sjúkrahússins	11
Varðveisla minninga	12
Að sjá barnið og halda á því	13
Að gefa barninu nafn	13
Nokkur orð til föðurins	13
Standið saman	14
Afar og ömmur	15
Heimili og vinir	15
Nauðsynlegar ákvarðanir	16
Krufning	16
Útför	17
Dánarvottorð	17
Göngudeildarheimsóknir og viðtöl	18
Lokaorð	19
Heimildir	20

## Tilfinningar

Fólk upplifir sorg sína með ólíku móti. Þið eigið væntanlega eftir að upplifa margvíslegar tilfinningar. Það má einnig vera að þegar þið teljið einhvern þátt sorgarinnar vera að baki taki hann sig upp á nýjan leik fyrr en varir.

Fyrst eftir áfallið hafa sumir foreldrar ríka þörf fyrir að tala um sorg sína öllum stundum, aðrir loka hana inni og verða fálátir eða þungbúnir. Suma daga líður ykkur allvel og aðra daga illa, það eru eðlileg viðbrögð við sorginni. Lát barnsins ykkar getur vakið með ykkur margbrotnar og jafnvel ruglandi tilfinningar. Þær munu ekki alltaf koma í þeirri röð sem hér verður rakin og sumar bæra ef til vill aldrei á sér. Hræðist ekki tilfinningar ykkar og geðbrigði þó þau séu miklu meiri en þið hafið nokkru sinni reynt áður.

Flestir eru þeirrar skoðunar að barnsmissir sé sárastur þeirra áfalla sem maðurinn verður fyrir. Allir búast við því að missa foreldra eða aðra ástvini einhvern tíma, en aldrei börnin sín. Við eigum ekki von á að hlutverki okkar sem foreldrar ljúki svona snemma.

## Einmanaleiki

Einmanakennd einkennir sorgina við barnsmissi. Það voru aðeins þið foreldrarnir sem náðu að kynnast barninu. Aðrir eiga stundum erfitt með að skilja að fyrir foreldra er andvana fætt barn raunverulegur einstaklingur engu síður en þau börn sem fæðast lifandi.

## **Tómleiki**

Þið getið fundið fyrir miklum söknuði og jafnframt tómleikatilfinningu. Sú staðreynd að konan er ekki lengur þunguð undirstrikar þessa tilfinningu. Líkaminn reynir að starfa eins og barnið væri enn á lífi. Brjóstin geta tekið að framleiða mjólk þrátt fyrir að reynt sé að koma í veg fyrir það með lyfjagjöfum.

## **Kvíði**

Þið getið óvænt fyllst óeirð og jafnvel skelfingu. Það getur reynst ykkur erfitt að taka upp daglegt líf á nýjan leik. Það sem vakti áhuga ykkar áður gerir það ekki lengur. Þið eigið erfitt með að einbeita huganum á þann hátt, sem þið voruð vön og kvíðið jafnvel fyrir því að takast á við einföld verkefni.

Gleymaska og útilokun tilfinninga eru stundum truflandi þættir á sorgar-tímabilinu. Hvort tveggja getur komið fram ef þið hellið ykkur út í daglegt líf og störf of snemma og gefið ykkur ekki tíma til að jafna ykkur. Það er einstaklingsbundið hvað hentar hverjum og einum.

## Reiði

Þið kunið að fyllast reiði yfir því sem gerðist. Ykkur finnst óréttlátt að barnið ykkar skyldi deyja og þið spyrjið “Hvers vegna þurfti þetta að koma fyrir mig?”. Reiðin getur beinst að ykkur sjálfum, fjölskyldu eða vinum. Þið kunið að ásaka lækna, hjúkrunarfólkið eða aðra sem hafa annast ykkur meðan á meðgöngu, fæðingu eða sængurlegu stóð, jafnvel Guð. Mikilvægt er þó að muna að allar þessar tilfinningar og hugrenningar eru eðlilegar og koma fram hjá flestum eftir ástvinamissi.

## Tilfinningar systkina

Dána barnið er hluti af fjölskyldunni. Ef þið eigið börn fyrir er mikilvægt að útskýra fyrir þeim á einfaldan hátt hvað kom fyrir. Þið munuð komast að raun um að börnin eru á sinn hátt í jafnmiklu uppnámi og þið og þurfa því á mikilli ástúð að halda. Þau sakna af einlægum hug bróðurins eða systurinnar, sem þau voru farin að bíða eftir. Börnin þarf því einnig að hugga og sannfæra um kærleika ykkar, jafnvel þó það geti verið erfitt.

Hlustið á börnin þegar þau segja frá tilfinningum sínum og reynið að svara spurningum þeirra, fremur en skilja þau eftir í óvissu gagnvart því sem fyrir kom. Tilfinningar barna geta brotist út í einkennilegu hegðunarmynstri sem þið þekktuð ekki hjá þeim áður. Ung börn tjá tilfinningar sínar gjarnan í gegnum leik.

## Sektarkennd

Mörgum konum finnst að þeim hafi á einhvern hátt “mistekist” og þær eiga erfitt með að ræða málin við maka sinn eða vini. Eigi móðirin börn fyrir getur henni fundist óþægilegt á vissu tímabili að hafa þau nálægt sér. Hún minnst þess þegar þau voru nýfædd og sorgin magnast vegna þessa barns sem ekki fékk að lifa, stækka og dafna eins og þau. Ekki er ástæða til að fyllast sektarkennd vegna slíkra tilfinninga, þær eru eðlilegar undir þessum kringumstæðum og líða yfirleitt hjá.

Þið eigið vafalítið eftir að spyrja ykkur margra erfiðra spurninga: “Hvað gerði ég rangt á meðgöngutímanum?” eða “Hvað hefði gerst, hefði ég nú ekki unnið svona mikið síðustu vikurnar?” Ykkur kann að finnast rangt að syrgja barnið ykkar. “Hvernig er hægt að syrgja þann sem maður þekkir ekkert?” eða “Við erum ung, og getum alltaf eignast önnur börn. Aðrir eiga miklu bágar en við.” Það er hinsvegar ekki hægt að mæla sorg sína á mælikvarða annarra. Það á enginn ykkar tilfinningar nema þið sjálf.

## Tvíburar

Þegar um tvíbura er að ræða og annað barnið deyr, annaðhvort fyrir eða eftir fæðinguna kunna foreldrarnir að sveiflast milli gleði og sorgar. Sumir foreldrar hafa jafnvel tilhneigingu til að bera það barn sem lifir saman við barnið sem þau misstu. Foreldrar geta fengið sektarkennd og fundist þau vera að svíkja barnið sem dó, þegar þeir annast barnið sem lifir.



## Líkamleg einkenni

Líkamleg þreyta er algeng í upphafi sorgarinnar. Þessi þreyta getur nálgast örmögnun, ef fæðingin hefur t.d. verið langdregin og erfið. Andþyngsli, þörf fyrir að taka djúp andköf, hjartsláttur, kviðarhols-óþægindi og þyngslaverkir í handleggjum eru dæmigerð einkenni. Matarlyst getur horfið. Þið getið átt erfitt með svefn og stundum bætast við erfiðir draumar, jafnvel martraðir. Lyf geta komið að gagni undir þessum kringumstæðum. Einkum er nauðsynlegt að þið fáið góðan nætursvefn. Áður fyrir voru róandi lyf mikið notuð til að lina sorgina. Ofnotkun slíkra lyfja getur tafið eðlilegan gang sorgarinnar og frestar þeim sársauka sem þið þurfið að takast á við, fyrir eða síðar.

## Hversu lengi ?

Munið, að sorgina þolir maður einungis frá degi til dags. Reynið að láta hverjum degi nægja sínar þjáningar. Margir skilja ekki, hversu djúpt og lengi er hægt að syrgja andvana fætt barn. Vinir og ættingjar kunna að ráðleggja ykkur að reyna að komast yfir sorgina með því að eignast annað barn sem fyrst. Þetta getur komið illa við ykkur þar sem annað barn getur aldrei komið í stað þess sem þið hafið misst. Hinsvegar er rétt að gera sér grein fyrir því, að sú stund hlýtur að koma, þegar þið verðið að kveðja barnið ykkar. Þó ykkur finnist sjálfum, á ákveðnu tímabili, að þið viljið ekki eignast annað barn, getur verið gagnlegt að ræða málið við lækni áður en ákvörðun er tekin. Nauðsynlegt er að gera sér grein fyrir því að læk'nirinn getur ekki svarað öllu. Hann eða hún getur hinsvegar vegið og metið út frá fyrri þekkingu og reynslu, hvers þarf að gæta og hverjar áhættur kunna að verða á vegi ykkar við væntanlega þungun.

## *Það er ekkert að því að gráta*

Grátur er góð leið til þess að losa um innibýrgða spennu og þið munuð efalaust finna mikla þörf fyrir að gráta. Það kann að verða vandamál, að vinir og ættingjar vita ekki alltaf hvernig þeir eiga að bregðast við þegar þið grátíð. Þeim finnst jafnvel óþægilegt að vera í návist ykkar og hafa tilhneigingu til að fordást allt umtal um barnið af hræðslu við að það komi ykkur til að gráta. Ykkur kann líka sjálfum að þykja vandræðalegt þegar tárin fara fyrirvaralaust að streyma. En það er allt í lagi að gráta. Þið getið hjálpað vinum ykkar að skilja þörf ykkar í þessum efnum með því að þakka þeim fyrir að gefa ykkur tækifæri til þess. Þið munuð komast að raun um, að með tímanum grátíð þið minna þegar þið talið við aðra um barnið ykkar. Hafið ekki áhyggjur af því hvort þið grátíð mikið eða lítið. Gráturinn er ekki mælikvarði á hvað ykkur þykir vænt um barnið ykkar, heldur öllu fremur mælikvarði á hversu vel ykkur gengur að tjá tilfinningar ykkar á opinskáan hátt. Gráturinn hjálpar ykkur að losa um sorg og tilfinningaspennu.

## *Tímabilið eftir fæðingu*

Segja má, að líkami móðurinnar neiti að viðurkenna að barnið hafi dáið. Það kann að virðast nánast miskunnarlaust, að hún skuli þurfa að þola sömu líkamlegu óþægindi og breytingar og aðrar sængurkonur. Konur hafa hreinsun frá leginu í allt að tvær til þrjár vikur. Hreinsunin getur aukist fyrstu dagana áður en líkaminn er búinn að jafna sig eftir fæðinguna. Ef hreinsunin er mikil, fersk blæðing eða kviðverkir er rétt að leita ráða hjá lækni eða ljósmóður.

Mjólk kemur í brjóstin. Draga má úr mjólkurmynduninni með því að forðast að erta geirvörtunarnar. Notið brjóstahöld sem liggja fremur þétt að brjóstunum. Forðist óhóflega vökvadrykkju. Þið kundið að finna til óþæginda í brjóstunum, einkum ef þið hafið haft barn á brjósti áður og eins ef þið eruð í námunda við lítil börn. Kaldir bakstrar geta dregið úr óþægindunum. Lyf eru gefin til að hindra eða draga úr mjólkurmyndun.

Sú spurning vaknar alltaf, þegar barn fæðist andvana eða deyr skömmu eftir fæðinguna, hvar muni fara best um foreldrana á meðan þeir dvelja á sjúkrahúsinu. Sumum konum kann að finnast sú tilhugsun óbærileg að dvelja á sængurkvennadeild með öðrum konum sem eiga lifandi, heilbrigð börn. Þær kjósa heldur að flytjast yfir á aðrar sjúkradeildir ef þær þurfa á annað borð að dvelja á sjúkrahúsinu. Ýmsir möguleikar eru fyrir hendi svo sem heimaþjónusta ljósmæðra. Meginatriðið er að móðirin ákveði í samráði við þá sem annast hana hvernig hún vill haga þessum málum.

## Starfsfólk sjúkrahúss

Við barnsmíssi er æskilegast að þið fáið umönnun frá sömu aðilum, sem eru reiðubúnir að ræða við ykkur og aðstoða. Starfsfólkið mun kapp-kosta að gera sitt besta í þeim efnum. Reynsluminna starfsfólk kann að hafa tilhneigingu til að forðast að ræða um lát barnsins ykkar í því skyni að forða ykkur frá því að; *“fara í gegnum þetta allt aftur.”* Þetta kann að særa ykkur og gefa þá tilfinningu að lát barnsins skipti aðra engu máli. Það er þó sjaldnast ástæðan og starfsfólkið er því oft fegið, ef þið eruð reiðubúin að tala um barnið að fyrra bragði.

Prestur og félagsráðgjafi eru starfandi við spítalann. Þeir eru reiðubúnir að ræða við ykkur, hvenær sem þið óskið þess. Ef þið viljið tala við eigin sóknarprest, er sjálfsagt að aðstoða ykkur við það.

## *Varðveisla minninga*

Sorg ykkar og söknuður vegna missis barnsins mun minnka með tímanum. Eigi að síður munuð þið komast að raun um, að þið gleymið ekki þessari litlu veru sem var orðin ykkur kær. Þið viljið varðveita vissar minningar um barnið.

Ef þið óskið eftir því að eiga mynd af barninu ykkar, getur starfsfólk sjúkrahússins tekið myndina fyrir ykkur. Þið getið líka tekið myndir sjálf ef myndavél er meðferðis og þið treystið ykkur til. Hægt er að taka hárlökk af höfði barnsins og þrykkimynd af fóta- eða fingraförum þess. Einnig er sjálfsagt að safna saman smámunum tengdum barninu, eins og t.d. fæðingararmbandi, korti þar sem skráð er þyngd barnsins, lengd og höfuðmál, ef ykkur kynni að langa til að eiga það síðar meir.

Bókin Gleym-mér-ei sem þið fáið, er ætluð til að varðveita ýmsar þessara minninga. Ef þið óskið eftir því að aðrir hlutir verði varðveittir vegna minninganna, skulið þið óhikað nefna það við starfsfólkið, sem mun þá verða við óskum ykkar ef þess er nokkur kostur.

## ***Að sjá barnið og halda á því***

Foreldrar eru fyrst í stað oft hræddir við að sjá dáíð barn sitt, einkum ef það hefur fæðst með einhver líkamslýti. Sumir kunna að hugsa sem svo *“Við viljum heldur skapa okkur mynd af barninu okkar í huganum”*.

Hinsvegar fá foreldrar stundum mjög ranga hugmynd um útlit barnsins ef þeir sjá það aldrei. Flestum foreldrum léttir mikið við að sjá barnið. Þeir komast að raun um, að raunverulegt útlit þess veitir meiri huggun en óljós hugmynd eða ímyndun getur gert. Við hvetjum ykkur því eindregið til að sjá barnið ykkar, snerta það og halda á því.

## ***Að gefa barninu nafn***

Við ráðleggjum ykkur að gefa barninu ykkar nafn. Fæðist barnið lifandi getið þið einnig látið skíra það. Nafn er mikilvægt. Þið munuð nota það þegar þið talið um þennan litla einstakling við aðra. Ykkur mun einnig veitast auðveldara að tengja endurminningarnar þessu barni ef þið hugsíð og talið um það með nafni.

## ***Nokkur orð til föðurins***

Þegar börn deyja hrjá föðurinn svipaðar tilfinningar og móðurina, þ.e.a.s. tómlleiki, kvíði, söknuður, sekt eða reiði. Á síðustu árum hefur skilningur aukist á því, að faðirinn hefur tengst barninu eins og móðirin. Hann þarf líka að fá tækifæri til að syrgja barnið sitt og læra að lifa með því sem orðið er.

Það kann að hryggja þig, þegar fólk spyr einungis um heilsufar móðurinnar vegna þess að það gerir sér grein fyrir söknuði hennar og missi, en gleymir að þú átt einnig um sárt að binda. Líf þitt og tilfinningar hafa líka breytt um farveg vegna væntanlegrar komu þessa nýja einstaklings og lát barnsins er þér mikið áfall eins og móðurinni.

Þér kann að finnast að þér beri að annast allan undirbúning að útför barnsins ykkar til þess að létta þeim áhyggjum af móðurinni. Betra er að þið takið sameiginlega ákvörðun.

### *Standið saman*

Sorgin er í rauninni of persónuleg til þess að hægt sé að deila henni fullkomlega með öðrum, en samt er ekki gott að vera einn. Þið foreldrarnir eigið sorgina saman ..... og þó eruð þið ein. Þið getið ekki eytt sársauka hvors annars þó þið séuð öll af vilja gerð, þrátt fyrir þann stuðning og huggun sem þið eruð reiðubúin að veita hvort öðru.

Ólíkar tilfinningar og viðbrögð geta valdið áhyggjum og vonbrigðum og jafnvel reynt á sambúð ykkar á tímabili, en þolinmæði, skilningur og kærleikur hjálpar ykkur að takast á við erfiðleikana.



## Afar og ömmur

Afar og ömmur syrgja líka þegar þið missið barnið ykkar. Þau syrgja barnabarnið sitt, sem þau fá ekki tækifæri til að kynnast og sjá vaxa úr grasi. Þeim líður einnig illa vegna ykkar, barnanna sinna. Á sama hátt og þið viljið ekki að börnin ykkar þjáist, hafa foreldrar ykkar tilhneigingu til að vernda ykkur gegn sársauka sorgarinnar. Leyfið þeim að taka þátt í sorginni með ykkur og léttu ykkur byrðarnar eins og hægt er.

## Heimili og vinir

Það er oft ekki fyrr en komið er heim af sjúkrahúsinu að raunveruleiki þess að hafa misst barnið rennur upp fyrir ykkur. Þá kann ykkur að finnast, að þið séuð utanveltu og átak þurfi til þess að taka upp á nýjan leik þráðinn í daglegu lífi. Það bætir ekkert að hella sér út í störf, sem þið hafið ekki áhuga á til þess eins að reyna að gleyma barninu. Það getið þið hvort eð er ekki. Þiggið ekki boð annarra um að ganga frá fatnaði barnsins og öðrum hlutum. Þetta verk þurfið þið að vinna sjálf en getur beðið, þar til þið eruð reiðubúin til þess. Fjölskylda ykkar og vinir munu bregðast við sorg ykkar með mismunandi hætti. Þau munu ekki alltaf skilja að ykkur reynist í fyrstu erfitt að taka þátt í fjölskyldusamkomum og að þær kunni jafnvel að auka á söknuð ykkar. Sérstaklega getur verið erfitt að hitta aðra foreldra með lítil börn. Reiknið með því að sum viðbrögð annarra munu koma ykkur á óvart. Jafnvel þeir, sem standa ykkur næst, geta átt erfitt með að tala um barnið að fyrri bragði og munu bíða eftir merki frá ykkur um að það sé óhætt. Þeir stinga jafnvel upp á því, að þið reynið að gleyma sem fyrst því sem gerst hefur eða þið hugsið til þess að eignast annað barn hið bráðasta.

Slík viðbrögð og önnur álíka geta komið til með að særa ykkur vegna þess að ykkur finnst þau gefa til kynna skilningsleysi á tilfinningar ykkar. Reynið samt að muna, að fólk veit ekki alltaf hvernig það á að bregðast við sorg annarra. Það óttast að segja eitthvað rangt og finnur til vanmáttar síns þrátt fyrir löngunina til að veita hjálp. Lítil börn munu vilja ræða við ykkur af hreinskilni og hispursleysi um dána barnið ykkar. Verið undir þetta búin. Skýr og einföld svör við spurningum þeirra eru besta ráðið. Veitið þeim eingöngu upplýsingar um það sem þau spyrja um og hafa þroska til að skilja.

Aðrir fjölskyldumeðlimir kunna að gleyma fæðingar- og dánardegi barnsins ykkar með tímanum. Reynið að láta það ekki fá of mikið á ykkur.

## *Nauðsynlegar ákvarðanir*

### **Krufning**

Skömmu eftir lát barnsins verðið þið að taka ýmsar ákvarðanir sem ekki verður slegið á frest, þó þið séuð tilfinningalega illa undir það búin að takast á við þær. Læknir eða ljósmóðir munu ræða við ykkur um nauðsyn þess að krufning fari fram, og óska eftir leyfi ykkar til þess. Krufning er gerð til að rannsaka sjúkdóma, meta vöxt og þroska líkamans, leita að innri göllum og finna dánarorsakir. Krufning er því gerð til þess að leita að skýringu á því sem “raunverulega gerðist”, svo að þið og starfsfólk sjúkrahússins fáið sem réttastar upplýsingar. Þessar upplýsingar eru afar nauðsynlegar ekki síst þegar foreldrar hugsa til barneigna síðar. Einnig veita krufningar mikilvæga vitneskju um orsakir og eðli sjúkdóma hjá nýfæddum börnum, upplýsingar sem koma að gagni við meðferð og hjúkrun nýfæddra barna síðar meir. Krufningunni má líkja við



læknisskoðun og skurðaðgerð. Ytra útlit barnsins er skoðað vandlega og einnig innri líffæri. Krufningin spillir ekki útliti barnsins t.d. andliti eða höndum. Merki um hana eiga ekki að sjást við kistulagningu barnsins. Þið þurfið því ekki að vera hrædd við að sjá barnið eftir að krufning hefur farið fram.

Fyrstu niðurstöður úr krufningu liggja venjulega fyrir innan tveggja sólarhringa. Þið munuð fá vitneskju um þær. Lokaniðurstöðu er hinsvegar ekki að vænta fyrr en eftir nokkrar vikur. Séð verður til þess að þið fáið að heyra um niðurstöðurnar og ræða þær í viðtali við lækna.

### **Útför**

Þegar krufningu er lokið þarf að huga að útför barnsins. Venjan er sú að sérstök útför fari fram. Barnið er í langflestum tilvikum sett í eigin kistu og ýmist jarðsett í sérstöku leiði eða í leiði sem tilheyrir fjölskyldu móður eða föður. Starfsfólk sjúkrahússins mun aðstoða ykkur í hvívetna ásamt presti og útfararstjóra. Útfararstofnanir sjá um að flytja barnið af sjúkrahúsinu og undirbúa það undir greftrun. Oft óska foreldrar eftir að barnið sé klætt í ákveðin föt eða beri litla skartgrip, s.s. hálsfesti eða armband. Verið ekki hikandi við að biðja starfsfólk sjúkrahússins eða starfsmenn útfararþjónustunnar um að sjá um slíka hluti með ykkur.

### **Dánarvottorð**

Dánarvottorð eru skrifuð vegna barna sem deyja eftir fæðinguna. Dánarvottorð eru hinsvegar ekki skrifuð þegar um er að ræða fósturlát, eða andvana fæðingar. Einhver af læknum sjúkrahússins sér um að ganga frá dánarvottorði sem afhenda þarf viðkomandi sýslumanni.

## Göngudeildarheimsóknir og viðtöl

Viðtal við lækni eftir fæðinguna er mikilvægt. Þið skuluð gera ráð fyrir að þessar heimsóknir geti orðið fleiri en ein. Suma hluti er betra að ræða þegar lengra er liðið frá andláti barnsins. Tímasetningar fyrir þessar heimsóknir fylgja engum föstum reglum, ekki ættu þó að líða meira en 4-5 vikur frá útskrift af sjúkrahúsinu til fyrstu heimsóknar. Fjöldi frekari heimsókna fer algerlega eftir þörfum einstakra foreldra.

Ástæða er til að leita skýringa á láti barnsins ef þær eru ekki þegar fyrir hendi. Hafi krufning verið framkvæmd, þarf einnig að ræða niðurstöður hennar. Þær tvær spurningar sem þið viljið umfram allt fá svör við eru: “Hefðum við eða fagfólkið getað gert eitthvað öðruvísi?” og “Er líklegt að þetta hendi okkur aftur?” Það er mikilvægt, að þið fáið viðhlítandi svör við spurningum ykkar, einkum ef þið ákveðið að eignast fleiri börn.

Annað starfsfólk sjúkrahússins, ljósmæður, hjúkrunarfræðingar, prestur og félagsráðgjafar eru reiðubúin að ræða við ykkur og ráðleggja hvenær sem þið óskið þess. Leitið jafnframt hiklaust til annarra sem þið treystið, svo sem til heimilislæknis eða sóknarprests og reynið að fá svör við þeim spurningum sem liggja ykkur á hjarta.

## Lokaorð

Það er einlæg von okkar að þessi litla bók geti orðið þeim foreldrum að nokkru liði sem missa börn sín skömmu fyrir eða eftir fæðinguna.

Það er enginn sem getur bægt frá foreldrum þeirri sorg sem þeir finna fyrir. Bókin getur þó vonandi leitt huga foreldranna að því, að þeir standa ekki einir og yfirgefnir. Það eru margir sem bæði geta og vilja veita aðstoð við þessar erfiðu kringumstæður.

Dæmdu ekki skýið, er skyggði á sól,  
í skugga síns lögmáls það birtuna fól.  
Er feykir því aftur hinn frelsandi blær,  
þú fyrst getur metið, hvað sólin er skær.

E. J.



## *Heimildir*

1. Carr D. RN, Chaplain Knupp. S.F. MDIV, THM.  
Grief And Perinatal Loss. A Community Hospital  
Approach To Support. March/April 1985, JOGNN.
2. Kohner N.  
The Royal College of Midwives, London  
Att Förlora Sitt Barn
3. Schwiebert. P. RN, KierkP. MD.,  
University of Oregon, U.S.A.  
When Hello Means Goodbye