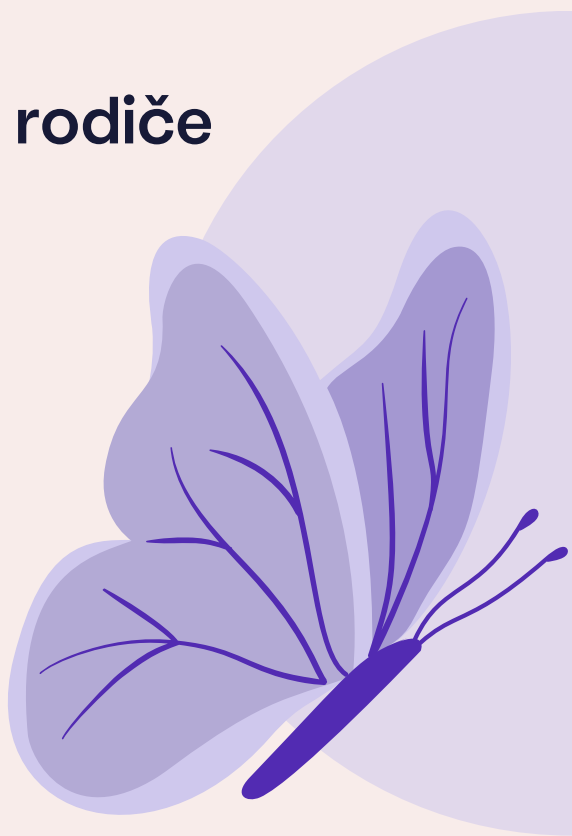


Podpora při perinatální ztrátě

Informace pro rodiče



Milí rodiče,

Je nám líto, co nyní prožíváte.

Ocitli jste se v nelehké životní situaci,
na kterou jste nebyli připraveni.

V rámci tohoto informačního materiálu bychom
Vám rádi poskytli potřebné informace o celém
průběhu ukončení těhotenství a následné péči.

**Pokud zde nenaleznete odpověď,
na některou Vaši otázku neváhejte se obrátit
na naše porodní asistentky a lékaře.**

Jsme připraveni být Vám oporou po celou dobu
Vašeho pobytu na našem oddělení.



Příjem a průběh hospitalizace

V nemocnici Vás nejprve čeká příjem na oddělení. Dostavíte se na gynekologickou ambulanci, není nutné být nalačno. Lékař Vás vyšetří, provede ultrazvukové vyšetření a společně stanovíte další postup. Součástí vyšetření je i prostor pro Vaše otázky a vysvětlení všech nejasností.

Po příchodu na oddělení budete uložena na samostatný pokoj s dostatkem soukromí.

Po celou dobu hospitalizace s Vámi na pokoji může zůstat doprovod, který pro Vás může být oporou. Každou směnu o Vás bude pečovat jedna porodní asistentka.

Ukončení těhotenství je emočně velmi náročné. V průběhu hospitalizace Vás navštíví náš klinický psycholog, který Vám nabídne psychologickou podporu. Jeho služby můžete a nemusíte využít, kontakt budete mít k dispozici i po propuštění domů.

Po uložení na lůžko Vám porodní asistentka odebere krev a zavede žilní kanylu, kterou bude možné podávat léky proti bolesti nebo nevolnosti.



Následně Vás čeká vyšetření lékařem. Při něm Vám budou podány tablety, které pozvolna vyvolávají děložní kontrakce. Po zavedení tablet je ideální zůstat v klidu na lůžku, poté se můžete volně pohybovat. Tablety Vám budou podávány v pravidelných intervalech. Vše se uskuteční v soukromí - přímo na pokoji.

Do nástupu pravidelných kontrakcí můžete pít a lehce jíst. Po nástupu pravidelných kontrakcí se pak budete domlouvat s Vaší porodní asistentkou.

Po podání tablet se u Vás mohou vyskytnout příznaky jako je zvýšená teplota, nevolnost, zvracení nebo řídká stolice. Nastane-li u Vás některý z příznaků, kontaktujte porodní asistentku, která Vám podá léky ke zmírnění obtíží. Všechny výše uvedené příznaky samy vymizí po ukončení zavádění tablet.

Pobyt v nemocnici obvykle trvá 1 až 2 dny, odvíjí se především od Vašeho zdravotního stavu.

Délka hospitalizace je velmi individuální.

Podpora rozloučení

Vážení rodiče, budete-li si to přát, umožníme Vám rozloučení s Vaším miminkem.

Někteří rodiče chtějí děťátko vidět, pohládit, pochovat, pořídit si fotku, někteří naopak děťátko vidět nechtějí. Všechny Vaše pocity a přání budeme respektovat.

Někdy chce miminko vidět jen jeden z rodičů, někdy oba. Záleží zcela na Vás, nebojte se jakékoliv volby. Dejte na své pocity.

Podpoříme Vás a budeme se snažit Vám vyjít vstříc, ať už se rozhodnete jakkoliv.

Porodní asistentka Vám po porodu může miminko položit na hrudník nebo ho přinese zabalené v peřince. Můžete si jej pochovat, pohládit, zazpívat mu písničku, povědět mu pohádku, strávit s ním chvíle o samotě, popřípadě ho vykoupat (sami nebo s pomocí porodní asistentky).

Během rozloučení Vám personál zajistí maximální soukromí a dá Vám dostatek času.

Vzpomínky a memoryboxy

V případě zájmu Vám vytvoříme hmatatelné vzpomínky, které Vám mohou pomoci v tomto těžkém období:

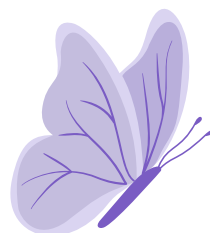
- Otisk ručičky, nožičky, fotografii, které si můžete odnést při odchodu z nemocnice.

Své vzpomínky si můžete uchovat také pomocí tzv. memoryboxů, které obsahují:

- Oblečení (čepička, košilka, malé ponožky) a hebká deka.
- Sada na otisk ručiček a nožiček. Otisky Vám poslouží jako trvalá vzpomínka na miminko.
- Pohádková knížka. Děťátku přečtete pohádku a knížku si uchovejte jako vzpomínku na společnou chvíli.
- Dvě naprosto stejné háčkované hračky. Jednu dáte svému miminku, druhá zůstane Vám.

- Svíčka. Slouží k podpoření pietní atmosféry.
- Vonný olejíček. Můžete jím potřít miminko a jeho vůni si později olejíčkem připomínat.
- Ve vodě rozpustná kartička. Využijete ji k napsání vzkazu pro miminko (ihned v nemocnici nebo později doma).
- Tvořivý sešit „Mému miminku“. Využijete ho pro psaní deníku pro miminko. Jedná se o formu terapie, která vám pomůže zvládnout ztrátu.

Do krabičky si můžete uložit i další předměty, které Vám pomohou vzpomínat na miminko. Například těhotenskou průkazku, fotografie z ultrazvuku a jiné.



Psychosociální podpora

Nezapomínejte také na péči o své duševní zdraví.

Každý člověk zpracovává ztrátu jinak.

Důležité je věnovat dostatek prostoru svým pocitům a případně vyhledat odbornou pomoc.

Během hospitalizace Vás v případě zájmu navštíví naše klinická psycholožka a bude Vám k dispozici i po propuštění. Můžete s ní probrat všechna citlivá témata, která se obáváte probírat se svým okolím. Telefonní kontakt je uveden ve Vaší propouštěcí zprávě z hospitalizace.

Podporou a bezpečným průvodcem v této náročné situaci pro Vás mohou být také organizace zaměřující se na pomoc rodinám, kterým zemřelo dítě před, při nebo po porodu,



- Klára pomáhá, z.s., Brno

www.klarapomaha.cz, tel. 733 678 894



- Úsměv mámy, Brno

www.usmevmamy.cz, tel. 773 070 362



- Krizové centrum FN Brno Bohunice

Jihlavská 20, tel. 532 232 078, nepřetržitý
provoz, i bez objednání

- Dítě v srdci

www.ditevsrdci.cz, tel. 731 031 064



Psychosociální podpora

- Prázdná kolébka

www.prazdnakolebka.cz, tel. 721 288 215



- Poradna Vigvam

www.poradna-vigvam.cz, tel. 606 160 646



- Dlouhá cesta, Praha, Žďár nad Sázavou

www.dlouhacesta.cz, tel. 606 781 361



- Cesta domů, Praha

www.cestadomu.cz, tel. 775 166 863



- Tiché narození

www.tichenarozeni.cz, online svépomocná skupina, vede terapeut.



- Nadační fond Dobrý anděl

www.dobryandel.cz, tel. 733 119 119,
poskytuje finanční podporu



- Údolí vzpomínek – pietní místo, hřbitov
Brno-Líšeň



Pohřbení

**Tělíčko Vašeho dítěátka můžete pohřbít.
Na rozhodnutí máte 96 hodin po zákroku.**

Rozhodnete-li se pro pohřbení, bude potřeba udělat následující:

- Kontaktovat Vámi zvolenou pohřební službu, která s Vámi probere možnosti rozloučení a následně zajistí převoz ostatků. Rok od pohřbu máte právo na příspěvek od státu ve výši 5000,- Kč.
- Ať už se rozhodnete jakkoliv a své rozhodnutí změníte, nic se neděje. Pouze je třeba o této skutečnosti informovat ústav patologie. Telefonní kontakt je uveden ve Vaší propouštěcí zprávě z hospitalizace.

Pokud si pohřeb nepřejete, bude s ostatky Vašeho dítěátka naloženo s veškerou úctou formou společného pohřbu.

Propuštění

Fyzické zotavení obvykle trvá několik týdnů.

Po celou tuto dobu není vhodné mít pohlavní styk a navštěvovat veřejné bazény nebo místa, kde hrozí zvýšené riziko infekce.

První menstruace se dostaví obvykle za 4-6 týdnů, slabé krvácení v mezidobí je normální.

Pokud byste zaznamenala jakékoliv komplikace (např. silné krvácení, bolest, horečku), okamžitě kontaktujte svého registrujícího gynekologa, případně naše pracoviště.

Po propuštění z nemocnice budete předána do péče Vašeho gynekologa. Vystavíme Vám pracovní neschopnost, kterou poté přebere Váš gynekolog. Délka pracovní neschopnosti bude záležet na Vašem zdravotním stavu.

Při propuštění obdržíte propouštěcí zprávu pro Vás a Vašeho registrujícího gynekologa.

Dostanete také termín do naší specializované ambulance pro perinatální ztrátu, kde s dostatečným odstupem (cca dvou měsíců) budeme společně konzultovat další postup.

Předání výsledků vyšetření

Chápeme, že převzetí výsledků vyšetření může být náročné, zároveň je ale důležitá jejich konzultace s lékařem. Předání výsledků plánujeme s dostatečným časovým odstupem, aby byly k dispozici všechny potřebné nálezy a výsledky doplňujících vyšetření.

Pokud by to pro Vás bylo náročné, dokumenty může převzít i partner či jiná Vámi pověřená osoba, případně se lze domluvit na jiném způsobu.

Kontaktovat v této věci nás můžete pomocí e-mailové adresy fungující právě pro tyto potřeby:

E: perinatalniztrata@fnbrno.cz



Krizové a poradenské linky

- Informační linka k perinatální ztrátě
tel. 228 224 063
- Linka naděje, FN Brno Bohunice
tel. 547 212 333
- Linka důvěry
tel. 284 016 666
- Linka první psychické pomoci
tel. 608 216 723
- Rodičovská linka
tel. 606 021 021

Využít můžete také informace a služby na stránkách:

www.perinatalniztrata.cz

www.opatruj.se

**Prostor pro Vaše doplnění,
myšlenky**



Zpětná vazba a kontakty

Vaše zkušenosti a zpětná vazba nám pomáhají zlepšovat naši péči. Budeme rádi, když se s námi podělíte o dobré zkušenosti naší péče, ale oceníme i připomínky a náměty, pokud Vám u nás něco scházelo.

Kontaktovat nás můžete na e-mailové adrese k tomu určené:

E: perinatalniztrata@fnbrno.cz

Chcete-li napsat konkrétní osobě, kontakty na náš Perinatální paliativní tým najdete na webu porodnicebrno.cz



Edukační materiál pro Vás připravil tým Perinatálního
paliativního panelu KGPN FN Brno a LF MU
za podpory Nadace Rodiny Vlčkových a Nadačního fondu
Proni.



