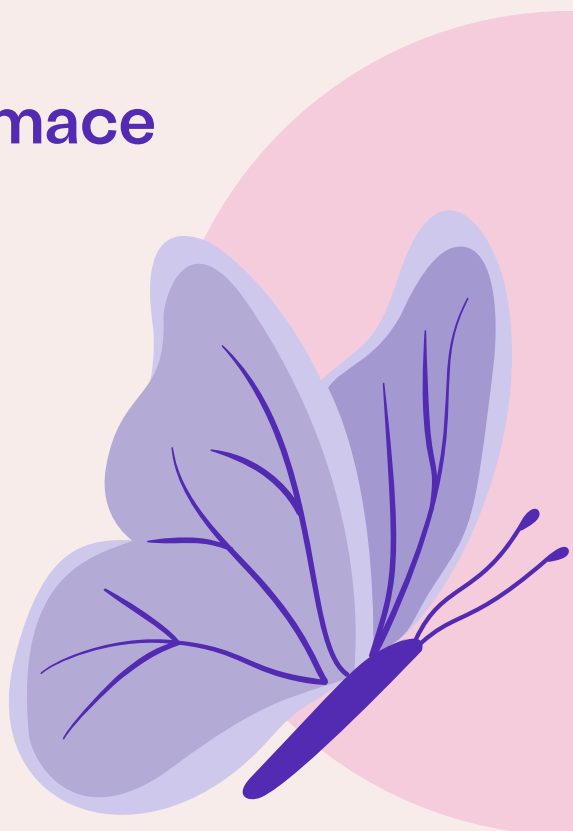


Průvodce perinatální ztrátou pro rodiče

Základní informace



Milí rodiče,

Je nám líto, co nyní prožíváte.
Ocitli jste se v nelehké životní situaci,
na kterou jste nebyli připraveni.

V tomto informačním materiálu bychom Vám
rádi poskytli potřebné informace o průběhu
péče při ztrátě v těhotenství a o dalším postupu
po propuštění.

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

Jsme připraveni být Vám oporou po celou
dobu Vašeho pobytu.



Informace k hospitalizaci

Péče probíhá individuálně dle Vašeho zdravotního stavu. Postup vždy přizpůsobujeme konkrétní situaci a Vaším potřebám. Veškeré kroky s Vámi budou konzultovány a vše Vám budeme průběžně vysvětlovat.

Lékař Vás vyšetří, provede ultrazvukové vyšetření a společně stanovíte další postup. Součástí vyšetření je i prostor pro Vaše otázky a vysvětlení nejasností.

Naší snahou je zajistit dostatek soukromí tak, abyste se cítila komfortně a aby s Vámi po celou dobu mohl zůstat Váš doprovod, který je pro Vás oporou.

Délka pobytu v nemocnici je individuální, většinou se pohybuje mezi 2-3 dny.

Rozloučení s miminkem

Budete-li si to přát, umožníme Vám rozloučení s miminkem. Někteří rodiče chtějí děťátko vidět, pohladit, 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.

Sestřička Vám po porodu může miminko přinést zabalené v peřince. Můžete si jej pochovat, pohladit, zazpívat mu písničku, povědět mu pohádku, strávit s ním chvíle o samotě, popřípadě ho vykoupat (sami nebo s pomocí sestřičky).

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

Vzpomínky a memoryboxy

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

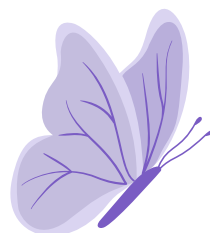
- Otisk ručičky, nožičky, fotografii, které si můžete odnést při odchodu z nemocnice.

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 může navštívit podpůrný pracovník Centra provázení, klinická psycholožka či kaplan. Budou Vám k dispozici i po propuštění. Můžete s nimi probrat všechna citlivá témata, která se obáváte probírat se svým okolím. Telefonní kontakty jsou uvedeny dále v tomto materiálu.

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.



Psychosociální podpora FN Brno

- **Centrum provázení FN Brno**
 - www.porodnicebrno.cz/perinatalniztrata
 - tel. 608 973 953
- **Krizové centrum FN Brno Bohunice**
 - Jihlavská 20, tel. 532 232 078,
nepřetržitý provoz, i bez objednání
- **Nemocniční kaplani FN Brno**
 - E-mail: kratochvil.ales@fnbrno.cz
 - E-mail: petrickova.erika@fnbrno.cz
 - Přímý telefonní kontakt k dispozici
na tel. č. 532 238 378
- **Sociální pracovnice FN Brno**
 - **Pracoviště Porodnice**
 - Pracovní dny 8-15 hod
 - tel. 532 238 294
 - **Pracoviště Bohunice**
 - Pracovní dny 8-15 hod
 - tel. 532 232 082

Další psychosociální podpora

- Klára pomáhá, z.s., Brno

www.klarapomaha.cz, tel. 733 678 894



- Úsměv mámy, Brno

www.usmevmamy.cz, tel. 773 070 362



- Dítě v srdci

www.ditevsrdci.cz, tel. 731 031 064



- 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.dlauhacesta.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 dítěte 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. Rok od pohřbu máte právo na příspěvek od státu. Aktuální výši Vám sdělí sociální pracovnice.
- 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 dítěte 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 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.porodnicebrno.cz/perinatálniztrata

www.perinatálniztrata.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.



