

Stille Geburt -

fachlich und menschlich begleiten -

Impulse für hilfreiches Handeln



Liebe Ärztinnen und Ärzte, liebe Hebammen, liebe Pflegefachkräfte und liebe Seelsorgerinnen und Seelsorger, liebe Gynäkologen und Gynäkologinnen, liebe Pränataldiagnostiker und Pränataldiagnostikerinnen, liebe Praxis-Teams, mit diesem Heft möchten wir alle ansprechen, die Eltern bei einer Fehl-, Tot- oder Lebendgeburt mit lebenslimitierender Diagnose begleiten. Wir möchten Ihnen Handlungsempfehlungen aus unserer Erfahrung an die Hand geben, damit diese grausame Situation für alle Beteiligten erträglicher gestaltet werden kann.

Wir wissen, dass es in der Ausbildungszeit daran mangelt, diese so besondere Situation einer stillen Geburt zu lehren. Oft dürfen wir als Menschen keine Resilienz aufbauen und Erfahrungen damit sammeln und so sind Sie als Personal vielleicht einfach auch mal überfordert. Das gestehen wir Ihnen zu, jedoch trägt dies weder zu Ihrer psychischen Gesundheit noch zur HealthCare der Eltern bei.

Dabei ist das doch das gemeinsame Ziel.

Sie haben bei der Diagnosestellung, bei der Geburt und dann im weiteren Verlauf eine ganz besonders wichtige Aufgabe, denn die Eltern vertrauen Ihnen. Sie können ihnen das Kind nicht wiedergeben und Sie können auch nicht die Zeit zurückdrehen. Sie können aber maßgeblich daran teilhaben, wie sich der Trauerweg für die Eltern entwickelt. Und Sie können auch maßgeblich daran teilhaben, wie sich Ihre eigene seelische Gesundheit durch solche Erfahrungen entwickelt. Auch für Sie als Arzt, Pflegekraft, Hebamme oder Seelsorger ist es wichtig, dass Sie die Eltern gut begleiten können, denn auch Sie werden all diese Schicksalsschläge unterbewusst mit nach Hause nehmen. Die Erfahrungen rennen in der Nacht über die Bettdecke und quälen im Laufe der Berufsjahre. Um das zu vermeiden und eine gewisse Form von HealthCare für alle zu schaffen, ist es wichtig, dass Sie sich auch auf diese Situationen einlassen.

Vertrauen Sie uns und bitte lesen Sie die nächsten Seiten!

Offt denkt man, es wäre ein "Riesenberg", den es zu erklimmen gilt, Menschen in einer solchen Trauer- und Verlustsituation zu begleiten. Doch es bedarf eigentlich nur ein wenig Zeit.

Mit Zeit meinen wir nicht Stunden, Wochen oder Tage, sondern vielleicht einfach mal 5 Minuten, in denen die Eltern die Diagnose in Ruhe verarbeiten können.

Mit Zeit meinen wir auch, dass die Eltern noch eine Nacht zu Hause in ihrem gewohnten, sicheren Umfeld verbringen dürfen, bevor sie ins Krankenhaus gehen.

Mit Zeit meinen wir auch den Raum zu schaffen, dass die Eltern selbst Entscheidungen treffen können. Es ist wichtig, dass Eltern alle Möglichkeiten, die ihnen zur Verfügung stehen, kennen. Denn nur wenn sie selbst Entscheidungen treffen, wird dies den Trauerweg positiv beeinflussen.

Sie schützen die Eltern vor Depressionen, Angstzuständen, Belastungsstörungen und vielem mehr, was durch Trauer hervorgerufen werden kann. Dabei verlangt es Ihnen nicht viel ab, den Eltern nicht nur eine Ausschabung naheulegen, sondern auch die Möglichkeiten einer stillen Geburt/einer kleinen Geburt zu nennen. Frauen können gebären und die Natur unterscheidet an dieser Stelle nicht, ob es ein lebendes oder bereits verstorbenes Kind ist.

Was können Sie noch tun? Empathie bewegt Welten. Sie können fragen, wie das Kind heißen soll. Sie können die Eltern fragen, ob sie noch ein letztes Ultraschallbild machen lassen möchten. Sie können die Eltern auch einfach fragen, wie es ihnen geht, was gerade in ihnen vorgeht.

Natürlich wäre es gut, wenn Sie auch über die Bestattungsrechte und -pflichten in Ihrem Bundesland Bescheid wissen und die Eltern darüber aufklären können. Hier ist uns bewusst, dass sich die gesetzlichen Grundlagen stetig ändern, sodass man kaum auf dem Laufenden bleiben kann. Daher geben wir Ihnen einen QR-Code zur Aeternitas Homepage an die Hand. Aeternitas e.V. ist eine gemein-

nützige, bundesweit tätige Verbraucherinitiative, die in allen organisatorischen, rechtlichen und finanziellen Angelegenheiten rund um den Trauerfall informiert. Diese Seite wird wirklich sehr regelmäßig aktualisiert.



Mit der Feststellung der Schwangerschaft gratuliert jeder den werdenden Eltern, oft mit den Worten: "Herzlichen Glückwunsch, Sie bekommen ein Kind."

Warum sollten wir ihnen also nun mit Feststellung des Todes auf einmal ihr Kind absprechen?

Sie dürfen den Eltern selbstverständlich auch Ihr Mitgefühl und Ihr Beileid aussprechen.

Wir als Verein helfen jeder Einrichtung mit notwendiger Bekleidung für Sternenkinder, mit warmen Decken oder auch mit kleinen Kissen. So ist es auch für das begleitende Personal ohne Weiteres möglich, den Abschied würdevoll zu gestalten. Sie alle haben einen pflegenden Beruf gewählt, einen Beruf, der sich bewusst dem Menschen zuwendet. Auch Sie können das tun, was Sie berufen hat und auch das verstorbene Kind pflegen und umsorgen. Dabei erleben auch die Eltern, dass sie wahrgenommen werden und fühlen sich nicht wie ein durchlaufender Posten.

Wir können die Zukunft der betroffenen Eltern maßgeblich ändern und wir können auch die Zukunft von Ihnen ändern.

Wäre das nicht großartig?

Inhaltsverzeichnis

| | | | |
|---|----|-----------------------------------|----|
| Die Diagnose | 4 | Obduktion | 15 |
| Der Schockmoment – “Ihr seid nicht allein“ | 4 | Die Bestattung eines Sternenkinds | 16 |
| Namensgebung | 5 | Checkliste als Vorlage | 18 |
| Ankunft in der Klinik | 5 | | |
| Tücken der Kommunikation – Verschiedene Herkunftssprachen | 5 | | |
| Die Geburt | 6 | | |
| Begleitung | 6 | | |
| Religiöse Besonderheiten | 6 | | |
| Ultraschall | 7 | | |
| Herztöne | 7 | | |
| Kleidung | 7 | | |
| Das Kind sehen – Behutsame Familienzusammenführung | 9 | | |
| Toilettengänge | 9 | | |
| Möglichkeiten für die Eltern | 9 | | |
| Kürettage – die einzige Lösung? | 10 | | |
| Möglichkeiten der praxisnahen Aufbewahrung | 10 | | |
| Betten mit Kühlpack | 10 | | |
| Aufbewahrung durch Wassermethode | 11 | | |
| Der CuddleCot | 11 | | |
| Sternkinderfotos | 12 | | |
| Die Familie | 12 | | |
| Stillen | 12 | | |
| Weitere Möglichkeiten für Erinnerungen | 12 | | |
| Hebammennachsorge und Rückbildung | 13 | | |
| Stammbucheintragung | 13 | | |
| Mutterschutz | 14 | | |
| Wenn Frühgeborene versterben | 15 | | |
| Überführung nach Hause | 15 | | |

Die Diagnose

Auf einem Vortrag eines Arztes, Prof. Dr. med. Jalid Sehouli, der Charité Berlin hörten wir folgenden Satz:

“Bis die Diagnose bei einem Patienten im Kopf angekommen ist, dauert es 19 Sekunden. Die Mediziner aber reden oft bereits nach 17 Sekunden weiter.“ Zählen Sie doch einfach bis 25. So geben Sie den Eltern schon die ersten 25 Sekunden Zeit, um das, was Sie gesagt haben, überhaupt ankommen zu lassen. Was sind diese 25 Sekunden im Leben eines Menschen bei einer Lebenserwartung von durchschnittlich 84 Jahren? Für Sie ist es ein Wimpernschlag, für die Eltern bedeutet es die Welt.

Suchen Sie mit den Eltern gerne das Gespräch. Welche Möglichkeiten gibt es? Eine Ausschabung, eine kleine Geburt zu Hause in der Begleitung einer Hebamme, eine schnelle Geburt im Krankenhaus unter Einleitung, ein Feto-zid oder auch eine palliative Geburt.

Sie können und dürfen den Eltern auch sagen, dass es Ihnen leid tut. Die Situation ist unfassbar schwer, für alle und das dürfen auch Menschen untereinander mitteilen.

Sie können den Eltern auch gerne ein Gespräch für Fragen zum jetzigen oder einem späteren Zeitpunkt anbieten. Schon allein das Angebot zu machen, hilft ungemein. Die Eltern fühlen sich als Menschen wahrgenommen und nicht als eine Nummer im System.

Nun sind manche Tage aber wie sie sind, voller Hektik, auch dafür haben wir Lösungen.



Der Schockmoment – “Ihr seid nicht allein“

Mit dieser kleinen Klappkarte, die Sie bei uns erhalten, geben wir den Eltern behutsam alle notwendigen Informationen mit auf ihren Weg. Zeitgleich schenken wir ihnen ein Ohr und Sichtbarkeit. In dem Moment des Schocks sind manche Eltern nicht aufnahmefähig. Tausende Gefühle und Gedanken rasen durch Körper und Kopf. Und doch kann der Moment kommen, in welchem die Eltern sagen: “Hätte ich das nur gewusst.“ Zusammen haben wir die Möglichkeit, diesen Satz zu vermeiden.

Integrieren Sie diese Karte oder sogar dieses Heft in die Informationsunterlagen in der Klinik. Die Eltern erhalten eine Flut von Aufklärungsbögen, aber die Informationen, die die Eltern benötigen, sind rar. Legen Sie die Karte einfach dazu, das ist ein Handgriff mehr, aber die Wirkung bedeutend.

Wir bieten Ihnen zudem die Möglichkeit, mit kleinen Handschmeichlern gefüllte Utensilos, kostenfrei von uns zu erhalten. Geben Sie den Eltern etwas in die Hand, um ihre Leere zu füllen. Ähnlich wie in der Demenztherapie oder bei Notfalleinsätzen der Polizei hilft es den Eltern, etwas in der Hand zu halten. Sie haben im wahrsten Sinne des Wortes “etwas zum Festhalten“. Nutzen Sie gerne den QR-Code, wenn Sie weitere Unterstützung wünschen.



S&F Wunschzettel

Namensgebung

Jedes Kind trägt einen Namen, auch Sternenkinder. Bitte nutzen auch Sie den auserwählten Namen und wählen in Gegenwart der Eltern keine Begriffe wie Abort, Gewebematerial o.Ä..

Alternativ sprechen Sie einfach von "Ihr Baby" oder "Ihr Kind".



Ankunft in der Klinik

Würden Sie mit einem verstorbenen Kind im Bauch neben einer Frau liegen wollen, die glücklich ihr lebendes Kind im Arm hält? Nein? Dann vermeiden Sie bitte unbedingt die Aufnahme von Sternchenmüttern auf die Wöchnerinnen-/Entbindungsstation. Die gynäkologische Station ist die beste Lösung. Auch die "Innere" bietet eine Alternative, wenn die gynäkologische Station bereits belegt ist. Wenn möglich, besprechen Sie bitte die Möglichkeit eines Einzel- oder Familienzimmers mit den Eltern. So nehmen Sie auch Rücksicht auf andere Patienten. Nicht jeder Mensch kann mit der Trauer eines anderen umgehen.

Da die Dienstwechsel oftmals stressig sind und manch eine Information untergeht, empfehlen wir eine deutliche Kennzeichnung des Zimmers, um unangenehme Situationen für alle Beteiligten zu vermeiden. Ein kleiner Stern oder lila Schmetterling (=als Symbol, dass der Zwilling verstorben ist) kann für alle sichtbar und ganz einfach auf die Zimmertür geklebt werden.

Bitte nicht auf das Zimmerschild kleben, das Personal schaut da nicht mehr drauf. Empfehlenswert ist auch die Kennzeichnung der Patientenakte (mit dem gleichem Symbol) und des Belegungsplans.

Das gesamte Klinikpersonal (vom Chefarzt bis zur Reinigungskraft) sollte über die Bedeutung dieser Kennzeichnung informiert sein.

So werden unangenehme Situationen für Eltern und Personal auf einfachem Wege verhindert. Es wird morgens niemand mehr die Zimmertür aufreißen und fröhlich strahlend rufen: "Guten Morgen, haben Sie gut geschlafen?" Jeder wird das Zimmer in vollem Bewusstsein der Situation betreten und besonders den Schülern auf Station wird der Kontakt so deutlich leichter fallen.



Tücken der Kommunikation – Verschiedene Herkunftssprachen

Die Vielfalt der Sprachen in Deutschland ist groß. Es wäre schön, wenn ein Dolmetscher (auch aus der Familie) mit dazu geholt wird, um sicher zu stellen, dass die Familie auch wirklich alles versteht.



Die Geburt

Grundsätzlich hat die Mutter ein Recht auf eine Entbindung im Kreißsaal. Hierauf sollte unbedingt hingewiesen werden. Kreißsäle sind oft ansprechender eingerichtet und erzeugen ein besseres Wohlfühl als die meist kargen Krankenzimmer oder OP-Säle. Manche Krankenhäuser haben auf Grund der hohen Anzahl bereits ein Zimmer für Sterneltern vorbereitet, welches besonders viel Wärme schafft.

Fragen Sie die Mutter, ob sie in den Kreißsaal umziehen oder auf ihrem Einzelzimmer bleiben möchte.

Und natürlich sollten Sie auch fragen, wer sie dabei begleiten soll.

Wenn ein lebendes Kind geboren wird, wissen alle Frauen, warum sie sich durch die stundenlangen Wehen gequält haben. Frauen, die ein Kind still zur Welt bringen, scheint dieser Umstand als zusätzliche Strafe. Die Geburt ist der Beginn des Abschieds. Und so wie Frauen lebender Kinder gesagt wird "Das haben Sie toll gemacht", darf man dies auch verwaisten Müttern sagen. Sicherlich wird es die Situation nicht ändern, aber es wird die Mutter bestärken, für sich etwas Gutes getan zu haben. Denn das war es. Die Geburt ist ein wichtiger Prozess des Abschieds.



Begleitung

Offt ist eine intensive Begleitung/Betreuung im hektischen Klinikalltag nicht durchführbar. Sternelternvereine, die in vielen Regionen ansässig sind, sind eine wunderbare Alternative und behindern aber nicht das Klinikpersonal in der eigentlichen Arbeit. Sie sind eine Stütze für die Eltern (und oft auch für das Personal).

Über diesen QR-Code können Sie nach Sternelternvereinen in Ihrer Region schauen.

Religiöse Besonderheiten

In Deutschland gibt es vielfältige religiöse Hintergründe – sprechen Sie die Eltern einfach direkt an. Manche wünschen eine Segnung oder Taufe, andere, z. B. muslimische Eltern, möchten ihr Kind nach ihrem Glauben verabschieden.

Muslimische Sternenkinder werden in Leinentüchern beigesetzt – auf Wunsch kann zusätzlich eine bunte Decke verwendet werden.

In nahezu jeder Klinik steht für Hinterbliebene, aber auch für Menschen in einer Traumasituation, ein Seelsorgeteam bereit. Das Seelsorgeteam ist auch zeitgleich eine Anlaufstelle für die Eltern bei Fragen zur Bestattung, dieses ist auch mit anderen Religionen, wie dem Buddhismus oder dem Judentum, vertraut.

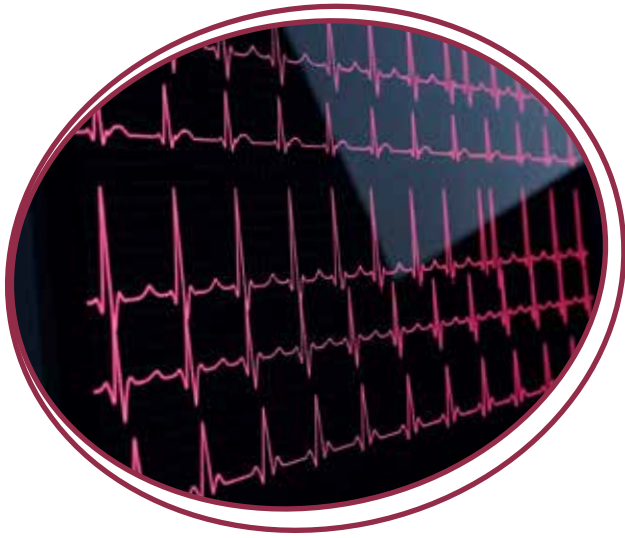


Ultraschall

Was spricht gegen ein letztes Ultraschallbild? Besprechen Sie einfach mit den Eltern, ob sie sich noch ein Bild wünschen. Die Erfüllung des Wunsches nach einem Ultraschallbild ist von unschätzbarem Wert für die Eltern.

In dieser Akutsituation denkt nicht jedes Elternpaar daran, danach zu fragen und andere wiederum trauen sich dies nicht.

Eltern, denen dies nicht ermöglicht wurde/ermöglicht werden konnte, betrauern diesen Umstand für lange Zeit. Ihnen fehlt ein Puzzlestück. Ein letzter Ultraschall hilft auch in der Vorbereitung auf die Geburt, damit sich Befürchtungen, wie "mein Kind wird wie ein Alien aussehen", nicht in den Kopf einschleichen.



Herztöne

Sollte das Kind noch nicht verstorben sein, empfiehlt es sich die Herztöne aufzuzeichnen. Für Sie als Ärzte sind die Herztöne eine medizinische Notwendigkeit, für die Eltern ist es Musik in ihren Ohren.

Drucken Sie die Lebenslinie gerne aus, diese nutzen Eltern oft für die Erstellung von Erinnerungsstücken wie Collagen, Tattoos, etc.. Aber es wäre auch möglich, das Pochen mit dem Handy aufzunehmen und so zu bewahren.

Kleidung

Als gemeinnütziger Verein haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, jedes Sternchen würdig gekleidet und gebettet, für seinen letzten Weg auszustatten. Sollte Ihr Krankenhaus, Ihre Hebammenpraxis noch nicht von uns versorgt werden, sprechen Sie uns gerne an.

Wir sind für Sie da.

Jederzeit. Kostenlos und ehrenamtlich.

Kontakt:

www.sternenzauber-fruehchenwunder.de

info@sternenzauber-fruehchenwunder.de



Sternenzauber & Frühchenwunder e.V.

Oftmals wird davon ausgegangen, dass es aufwändig ist, Sternenkinder anzuziehen. Wir möchten Ihnen gerne zeigen, wie einfach es sein kann. Für diese Bilder nutzen wir Nachbildungen von Sternenkindern.



Sternenkind – 11. SSW

Einschlagdecke und Sternenbeutel

Sternenkind – ab 13. SSW

Einschlagdecke, Sternenbeutel, Schiffchen und Kühlpack

Sternenkind – ab 17. /18. SSW

Schlafsack und Cape/ Kuscheldecke fürs Kühlpack, Schiffchen

Das Kind sehen – Behutsame Familienzusammenführung

Empfehlen Sie den Eltern ihr Kind zu sehen, auch gerne ein zweites oder drittes Mal, wenn im ersten Moment Ablehnung seitens der Eltern vermittelt wird. Jedoch sollten in diesem Zusammenhang Worte wie "müssen" vermieden werden.

Gerne können Sie das kleine Sternenkind in einer Decke in ein Körbchen legen, im Arm haltend zu den Eltern gehen und sie fragen, ob sie das wunderschöne Wesen nicht sehen wollen. Dadurch, dass das Kind in einem Körbchen liegt, geben Sie den Eltern Schutz und sie können sich langsam herantasten und ihr Kind entdecken. Es hilft ihnen, die Wahrhaftigkeit zu verstehen.

Das Wort "begreifen" enthält das kleine Wort "greifen". Wenn Eltern ihr Kind in der Hand halten, ihr Kind anfassen und im wahrsten Sinne des Wortes ihr Kind greifen, können sie leichter begreifen, dass es wirklich verstorben ist. Sie können dem Kind vielleicht ansehen, dass es einen Grund hatte, warum es gestorben ist. Und sie können etwas ganz Besonderes tun: Sie können ihr Kind ein erstes und letztes Mal umsorgen.

Sie geben so den Eltern die Möglichkeit, noch mal alles auszusprechen, das Kind zu riechen und zu fühlen und natürlich auch zu küssen. Es ist ihr Kind.



Toilettengänge

Gerade in frühen Schwangerschaftswochen gebären Frauen beim Toilettengang.

Da keine komplette Muttermundöffnung für die Geburt notwendig ist und die Wehen "kleiner" und manchmal kaum spürbar sind, kann es passieren, dass die Mutter die einsetzende Austreibungsphase nicht erkennt. Daher sollte unbedingt ein Toiletteneinsatz eingebaut werden, oder ein Toilettensstuhl bereitstehen. Für jede Mutter wäre es ein sehr traumatisches Erlebnis, würde das Kind in die Toilette fallen. In solchen Fällen wird der antrainierte Reflex eines Menschen Oberhand gewinnen und er wird auf die Spülung drücken.

Möglichkeiten für die Eltern

Lassen Sie die Eltern ihr Kind umsorgen. Es ist keine Unterscheidung zwischen lebendgeborenen oder totgeborenen Kindern notwendig. Das Durchtrennen der Nabelschnur, das erste Waschen und Ankleiden können die Eltern gerne – mit Unterstützung des Personals – selbst für ihr Kind übernehmen.

Gönnen Sie den Eltern die Zeit, Eltern für ihr Kind zu sein. Es besteht kein Grund, weshalb das Elternpaar das Krankenhaus fluchtartig verlassen muss.



Kürettage- die einzige Lösung?

Wenn es medizinisch nicht dringend notwendig ist, geben Sie der Mutter Zeit mit ihrem Kind, bevor sie in den OP muss.

Besonders in frühen Schwangerschaftswochen verändern sich die Kinder sehr schnell. Da die Mutter bei einer Ausschabung meist eine Stunde narkotisiert ist und hinterher nicht sofort ansprechbar, ist die Zeit direkt nach der Entbindung eine besonders wertvolle. Durch die Narkose und die langfristige Wirkung, fühlen sich besonders die Mütter oft wie im Nebel. Sie können ihr Kind gar nicht richtig wahrnehmen.

Es gibt verschiedene Möglichkeit der Geburt.

Bitte klären Sie die Eltern über alle in Frage kommenden Geburtsmöglichkeiten auf.

Eine gute Aufklärung hilft den Eltern, besonders der Frau, eine bestmögliche Entscheidung zu treffen. Auch eine Kürettage birgt langfristige Risiken, wie Vernarbungen in der Gebärmutter, was den Kinderwunsch beeinflussen kann. Das müssen die Frauen wissen.

Eine Nachkürettage lässt sich aus medizinischer Sicht leider häufig nicht vermeiden, da die Plazenta selten vollständig nach der Geburt des Kindes kommt. Der erhöhte Blutverlust, der mit einer längeren Wartezeit einhergeht, ist ebenfalls ein Grund, diese zeitnah durchzuführen. Falls jedoch nach der Geburt keine starke Blutung vorliegt, wäre es für die Eltern sehr wertvoll, wenn Sie ihnen noch etwa 30-60 Minuten mit ihrem Kind gewähren könnten, um es anzusehen, zu streicheln und sich zu verabschieden.

Eine Hebamme berichtete uns von einer palliativen Geburt zu Hause. Für sie war es die schönste Geburt, die sie je erlebte. In dem Haus der Familie brannten viele Kerzen, es war warm und geborgen. Alles strahlte viel Liebe aus. Es war der perfekte Ort für das Empfangen und Verabschieden eines Familienmitgliedes.

Diese Schilderung zeigt uns allen, dass es andere Möglichkeiten gibt.

Die Eltern brauchen Wissen, um die richtigen Entscheidungen zu treffen.



Möglichkeiten der praxisnahen Aufbewahrung

Der Klinikalltag ist anspruchsvoll. Wir möchten Sie nicht mit weiteren Aufgaben belasten und setzen daher auf praxisnahe und unterstützende Lösungen.

Betten mit Kühlpack

Wie in den Beispielbildern bereits gezeigt, können Kinder einfach mit einem Kühlpack "gekühlt" werden. Dies ist bei den kleinen Körpern noch völlig ausreichend. Beachten Sie unbedingt, dass das Kühlpack immer abgedeckt wird, damit die Haut des Kindes nicht beschädigt oder verbrannt wird.



Aufbewahrung durch Wassermethode

Die Wassermethode ist sehr leicht anzuwenden. Man benötigt lediglich Leitungswasser und ein Gefäß, in dem das Kind frei schwimmen kann. Mehr nicht.

Das Gefäß kann ein Behälter aus Glas, aber auch eine einfache Waschschüssel sein. Es wird so weit gefüllt, dass das Kind komplett von Wasser umgeben ist. Bitte achten Sie darauf, zunächst den Behälter zu füllen und erst dann das Kind hineinzulegen. Auf keinen Fall darf das Wasser direkt auf das Kind gegossen werden.

Das Kind schwebt dann im Wasser, ähnlich wie es das bereits in der Fruchtblase getan hat. Es verliert keine Flüssigkeit und wird nicht "platt" oder "verläuft". Meist lösen sich Blutreste und Fruchtwasser, die das Wasser rosa einfärben oder leicht eintrüben. Ist das geschehen, kann man entweder frisches Wasser nachlaufen lassen oder, falls das nicht ausreicht, kann ein Austausch gegen frisches Wasser sinnvoll sein. Bitte entnehmen Sie dafür das Kind aus dem Wasser, wechseln Sie dieses und legen Sie das Kind vorsichtig wieder hinein.

Im Wasser lassen sich Details noch besser erkennen. Eltern berichten uns regelmäßig davon, dass sie, wenn ihr Kind im Wasser liegt, mitunter weniger Berührungsängste haben, da sich die Haut des Kindes nicht klebrig anfühlt.

Zur Aufbewahrung legt man das Kind idealerweise in kaltes Wasser. Je länger das Kind im Wasser liegt, desto ausgeprägter wird der Effekt der Wassermethode sein. Die Farbe des Kindes kann sich teilweise wieder normalisieren und die Kinder werden vom "Anfassen her stabiler", was gerade bei frühen Wochen sehr von Vorteil ist. Bei regelmäßigem Wasserwechsel kann es theoretisch mehrere Tage im Wasserbad verbleiben. Die Wassermethode wirkt auf die Kinder ein wenig wie Botox.



Der CuddleCot

Bleiben die Eltern über Nacht im Krankenhaus, kann das Kind bei ihnen im Zimmer bleiben. Die Kühlung kann hierbei z. B. durch ein sogenanntes CuddleCot vorgenommen werden. Dieses mobile Kühlsystem bietet die Möglichkeit, Sternenkinder unkompliziert zu kühlen. Eltern können ihr Kind in vertrauter häuslicher Umgebung ohne Zeitdruck liebevoll und individuell verabschieden. Nähere Infos findet man unter: www.cuddlecot.de. CuddleCot kann auch problemlos in Klinikbetten verwendet werden.

Sternenkinder gehören nicht in den Stationskühlschrank. Dieser ist zur Aufbewahrung des Pausenbrotes des Personals gedacht und ist immer wieder ein grausamer Anblick für das Personal. Das scheint Ihnen vielleicht fremd, aber es ist leider traurige Tatsache.

Schützen Sie bitte auch Ihr Personal!

Bildquelle: Danke an den Verein Sternenkinder Dessau e.V.

Sternkinderfotosafen

Die Wassermethode unterstützt auch Sternkinderfotosafen dabei, noch ein wunderschönes Bild eines Kindes zu machen.

Beide Vereine verfügen über Alarmnummern, die jederzeit erreichbar sind. Fotosafen werden auch von uns versorgt und bringen oftmals, wenn notwendig, auch Einschlagdecken mit.



Dein Sternkind



Sternkindfotografie

Die Familie

Es verliert nicht nur eine Frau ein Kind, sondern die ganze Familie. Geschwister verlieren ein Geschwisterchen. Vergessen Sie dies nicht. Alle dürfen teilhaben und zeitgleich den Eltern in diesen grauvollen Stunden einen Schutzraum geben.



Stillen

Mit der Geburt, unabhängig von der Schwangerschaftswoche, wird die Milchproduktion angeregt. Oftmals werden den Frauen dafür sogenannte "Abstilltabletten" verabreicht. Dies ist nicht unbedingt notwendig.

Die Frau kann die Milchbildung auf natürlichem Wege einschränken. Auch dies kann zur Trauerverarbeitung beitragen und zudem gibt es den Eltern die Möglichkeit, bspw. Muttermilchschmuck anfertigen zu lassen oder die Muttermilch zu spenden.

Geben Sie den Frauen die Möglichkeit, auf die Natur zu hören.

Weitere Möglichkeiten für Erinnerungen

- * Fotos und Videos machen
- * Abdrücke von Füßen und Händen
- * Haare oder eine Haarsträhne abschneiden
- * Muttermilch für Muttermilchschmuck



Hebammennachsorge und Rückbildung

Die Information über die Betreuung und Nachsorge durch eine Hebamme sowie die Möglichkeit eines Rückbildungskurses (ggf. auch in der Einzelbetreuung), sollten bereits im Krankenhaus erfolgen. Die Kosten hierfür werden von den jeweiligen Krankenkassen übernommen bzw. nach Beendigung des Kurses erstattet. Dies ist unabhängig von der Schwangerschaftswoche und/oder des Gewichts des Kindes.

Mancherorts finden spezielle Rückbildungskurse für verwaiste Mütter statt.

Auch aus gynäkologischer Sicht ist die Rückbildung für die Frau von gesundheitlicher Bedeutung.



Stammbucheintragung

Die Geburt eines Sternkinde kann amtlich dokumentiert werden und so wird dem Kind offizielle Existenz gegeben. Dies gilt unabhängig von der Schwangerschaftswoche und auch das Körpergewicht des Kindes spielt hierbei keine Rolle.

Eine solche Bescheinigung (Existenzbescheinigung) wird von den Standesämtern ausgestellt. Zuständig ist das Standesamt am Ort der Geburt. Für die Eintragung in das sogenannte Personenstandsregister wird der Mutterpass, aus dem die Schwangerschaft hervorgeht, oder eine Bescheinigung über die Schwangerschaft benötigt.

Bitte sorgen Sie vor und achten Sie darauf, dass aus dem Mutterpass hervorgeht, dass ein Kind still geboren wurde. Manche Standesämter nehmen sonst die Eintragung nicht vor und bringen die Eltern so in eine unangenehme Situation.



Mutterschutz

Der Mutterschutz ist in unterschiedlichen Kategorien geregelt.

| | Mutterschutz | Verlängerter Mutterschutz | Kündigungsschutz |
|--|--------------|---------------------------|----------------------|
| Lebendgeburt (Gewichtsunabhängig) pulsierende Nabelschnur ODER Atmung ODER Herzschlag | Ja | Ja | Ja |
| Fehlgeburt (bis 500g Geburtsgewicht ODER bis zur 24. SSW) | gestaffelt | Nein | Ja, nach der 12. SSW |
| Totgeburt (ab 500g Geburtsgewicht ODER ab der 24. SSW) | Ja | Ja | Ja |
| Medizinischer Schwangerschaftsabbruch mit einem Geburtsgewicht bis 500g ODER bis zur 24. SSW | Nein | Nein | Ja, nach der 12. SSW |
| Medizinischer Schwangerschaftsabbruch mit einem Geburtsgewicht ab 500g ODER ab der 24. SSW | Ja | Ja | Ja |
| Schwangerschaftsabbruch mit sozialer Indikation | Nein | Nein | Nein |

Quelle: Sterneneltern Saarland e. V.

Gestaffelter Mutterschutz (ab 01.06.2025)

| | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| Fehlgeburt ab der 13. SSW | Anspruch auf 2 Wochen Mutterschutz |
| Fehlgeburt ab der 17. SSW | Anspruch auf 6 Wochen Mutterschutz |
| Fehlgeburt ab der 20. SSW | Anspruch auf 8 Wochen Mutterschutz |

Die Dauer des Mutterschutzes wird wie folgt berechnet:

Die anteiligen oder vollen 6 Wochen vor der Geburt (abhängig davon, ob diese bereits angebrochen sind) sowie 8 Wochen nach der Entbindung.

Ein verlängerter Mutterschutz von zusätzlichen 4 Wochen wird gewährt, wenn es sich um eine Geburt bis zur Vollendung der 37. SSW handelt und/oder das Gewicht des Kindes unter 2.500 g liegt und/oder nicht ausgebildete, medizinische Reifezeichen vorliegen und/oder eine Behinderung des Kindes vorliegt. Dadurch gilt das Kind als Frühchen.

Treffen alle Punkte zu, können maximal 18 Wochen in Anspruch genommen werden.

Wenn Frühgeborene versterben

Auch die anstehende Frühgeburt ist für die Eltern ein Schockmoment. Kaum haben sie den überstanden, bangen sie um das Überleben des Kindes.

Und natürlich hoffen wir alle mit ihnen. Aber es kann eben auch anders kommen. Bitte bereiten Sie die Eltern vor. Behutsam. Sollte das Kind den Lebenskampf gewinnen, um so erfreulicher. Aber von einem Schockzustand in den nächsten zu geraten, ist eine Lebensaufgabe für die Verarbeitung. Auch hier ist das Seelsorgeteam ein guter Ansprechpartner und kann auf Wunsch der Eltern noch eine Nottaufe oder Segnung vollziehen.

Zeitgleich ermöglichen Sie es bitte den Eltern auch hier, Erinnerungen zu sammeln. Bilder mit dem Handy zu machen, aber auch einen Sternenkindfotografen zu engagieren. Es sind die Momente, die zu verblassen drohen. Mit einer behutsamen Aufklärung können wir den Eltern helfen, diese Momente zu konservieren.



Überführung nach Hause

Eltern können ihr verstorbenes Kind bis zu 36 Stunden (je nach Bundesland 24–48 Stunden) mit nach Hause nehmen, um in vertrauter Umgebung Abschied zu nehmen. Wichtig ist dabei die Kühlung des Kindes – z. B. mit Kühlpacks, die in Decken oder Handtücher gewickelt werden, um die Haut zu schützen. So können auch Geschwister, Großeltern und Freunde in Ruhe Abschied nehmen.

Eine selbstständige Überführung innerhalb des Bundeslandes ist auf kurzen Strecken möglich. Hierfür benötigen die Eltern eine Hygienebescheinigung und ggf. eine Genehmigung vom Gesundheitsamt – meist reicht eine Meldung durch die Klinik. Bitte unterstützen Sie die Eltern bei der Umsetzung.

Auch manche Bestatter oder Sternenelternvereine bieten eine häusliche Überführung an – hier kann Ihr Wissen vor Ort hilfreich sein.

Obduktion

Bitte besprechen Sie das klar und deutlich mit den Eltern. Manche Eltern, auch abhängig von der Glaubensrichtung, wünschen keine Obduktion. Dies gilt es zu akzeptieren. In einigen Fällen kann eine Obduktion jedoch Klarheit über die Ursachen der frühen Entbindung oder den Tod des Kindes bringen, dieses Ergebnis kann u. U. auch für Folgeschwangerschaften relevant sein.

Ein kleiner Hinweis darauf kann die Zukunft verändern. Bitte weisen Sie die Eltern jedoch darauf hin, dass die Kosten der Obduktion von ihnen selbst getragen werden müssen und diese sich auf ca. 4.000 € belaufen.



Die Bestattung eines Sternenkindes

Der Tod eines geliebten Menschen, und ist er noch so klein, bedeutet immer auch einiges an behördlichem und organisatorischem Aufwand.

In Deutschland unterliegt das Bestattungsrecht den einzelnen Bundesländern. Das bedeutet, dass die Regelungen sich von Bundesland zu Bundesland unterscheiden und sich auch immer wieder verändern.

Es gibt Bestattungspflichten über die Krankenhäuser, aber auch Bestattungsrechte der Eltern. Klären Sie die Eltern darüber auf, ob und wie die Bestattung über Ihr Krankenhaus erfolgt.

In manchen Bundesländern gilt das Kind (je nach Gewicht und Schwangerschaftswoche) nicht als Leichnam und müsste somit nicht auf einem Friedhof beigesetzt werden. Besonders durch die sozialen Medien wird immer wieder davon berichtet, dass Eltern ihr Sternenkind im eigenen Garten beisetzen und einen Baum pflanzen. Auch wenn wir die Idee selbst schön finden, so möchten wir Ihnen zu bedenken geben, dass die Eltern ihr Haus dann niemals verlassen könnten. Eine Möglichkeit wäre ein größerer Blumentopf, in welchen das Kind hineingelegt wird, der dann schön bepflanzt werden kann. So hätten die Eltern die Möglichkeit, diesen immer mit sich ziehen zu lassen.

Wir haben Ihnen nun viele Informationen zukommen lassen.

Damit dies auf Station und im hektischen Klinikalltag angewendet werden kann, haben wir Ihnen eine Checkliste zusammen gestellt, welche Sie als Kopiervorlage nutzen können.

Wir sind uns sicher, dass wir gemeinsam mit kleinen Gesten das traumatische Erlebnis der Eltern verändern können.



“Die Kunst schlechte Nachrichten zu überbringen, ist nicht, die Diagnose zu überbringen, sondern den Menschen auf die Zukunft vorzubereiten.”

Mit diesem Zitat von Prof. Dr. med Jaled Sehoul bedanken wir uns, dass Sie diese Seiten gelesen haben. Wir sind uns sicher, Sie werden die Zukunft nun anders vorbereiten.



Checkliste als Vorlage

Diagnosestellung

- * Möglichkeit anbieten, Partner/Partnerin oder Angehörige zu kontaktieren
- * Betroffene auf Wunsch alleine lassen
- * Etwas zum Festhalten anbieten

Unterbringung

- * Einzelzimmer oder Verlegung auf eine andere Station

Informationen empathisch vermitteln

- * Ruhig und sachlich, ggf. wiederholen. Wenige Fachbegriffe nutzen. Das Sternchen als Kind, Sohn, Tochter, Baby, etc. benennen. (Nicht Fötus, Abort etc.!)
- * Bedenkzeit bei Entscheidungen einräumen, solange sie nicht medizinisch notwendig sind

Ansprechpartner benennen

- * Betreuendes Personal vorstellen schafft Vertrauen

Begleiten

- * Eltern das Gefühl geben, nicht alleine zu sein
- * Geburt im Vorfeld besprechen und durch eine Hebamme begleiten lassen
- * Geburt auf Wunsch im Kreißsaal stattfinden lassen

Bekleidung und Erinnerungen

- * Bekleidung oder etwas zum Einkuscheln zur Verfügung stellen. Es gibt Vereine, die in allen Größen würdevolle Bekleidung oder Bettchen kostenlos anbieten.
- * Aufbewahren des letzten Ultraschallbildes, Hand- oder Fußabdrücke machen, eine Haarsträhne des Kindes aufbewahren... Kurz gesagt: Erinnerungen schaffen.

Trauerbegleitung und Sternenkindfotografen

- * Auf Wunsch Kontakt zur Seelsorge herstellen
- * Die Möglichkeit der Sternenkindfotografie erklären
- * Kontaktdaten eines örtlichen Sternenelternvereins etc. weitergeben

Berührungssängste nehmen

- * Eltern ermutigen, ihr Kind "kennenzulernen". Sofern möglich, selber anziehen lassen oder dabei zusehen lassen.
- * Eine Hebamme kann dabei eine große Hilfe sein

Abschied nehmen

- * Der Familie ungestörte, gemeinsame Zeit geben. Körper ggf. kühlen.



Sternenzauber & Frühchenwunder e.V.

Hilfe für die Kleinsten und ihre Familien

Dieses Heft ist das Ergebnis einer wunderbaren Zusammenarbeit von Mandy Kremer, zertifizierte Trauerbegleiterin, Frank Göken-Stöver und einem großartigen S&F-Team.

Wir möchten uns von Herzen für eure umfassende Unterstützung bedanken, die dieses Heft ermöglicht hat – ganz besonders für die herausragende Arbeit auch bei der Gestaltung und Realisierung.

Quellenangaben:

Texte:

Begleitheft Sternenkinder Saarland

Begleitheft Sternenkinder Odenwald

www.sternenkinder.eu

Begleitheft Sterneltern Achim

Bilder:

Google Gemini

Pixabay

Sternenkinder Dessau e.V.

Mandy Kremer

Anja Schernau

Linda Michalski

Sarah Zech

Sternenzauber & Frühchenwunder e.V.

Geschäftsstelle
Dorfstraße 10
21727 Estorf

info@sternenzauber-fruehchenwunder.de

Spenden für Sternenzauber & Frühchenwunder e. V.

Unsere Bankverbindung lautet:

(Konto-Inhaber) Sternenzauber&Frühchenwunder e.V.
(IBAN) DE79 3305 0000 0000 8418 82
(BIC) WUPSDE33XXX

Spenden via Paypal:

sternen.wunder@gmx.de

