

Sie können sich zur Beratung und Begleitung gerne an die Seelsorger\*in wenden:

#### Krankenhausseelsorger\*in



Elisabeth Frenke  
Tel: 0251 935-4174  
elisabeth.frenke@sfh-muenster.de



Norbert Brockmann  
Tel: 0251 935-4160  
norbert.brockmann@sfh-muenster.de

#### Frauenklinik



Dr. Nikolaos Trifyllis  
Chefarzt  
nikolaos.trifyllis@sfh-muenster.de



Petra Saphörster  
Chefsekretärin  
Tel: 0251 935-3919  
petra.saphoerster@sfh-muenster.de

#### St. Franziskus-Hospital GmbH

Hohenzollernring 70, 48145 Münster  
Tel: 0251 935-0 | Fax: 0251 935-40 60

info@sfh-muenster.de  
www.sfh-muenster.de

*inhaltlich verantwortlich: Elisabeth Frenke*  
*Auflage Nr. 1 aus 07/21*

**WENN DIE SCHWANGERSCHAFT  
VIEL ZU FRÜH ENDET**



**ST. FRANZISKUS-HOSPITAL  
MÜNSTER**



Eine Einrichtung der St. Franziskus-Stiftung Münster

# Liebe Eltern,

wir geben Ihnen mit dieser Broschüre einige wichtige Informationen, die Ihnen in den ersten Stunden und Tagen weiterhelfen sollen.

Möglichkeiten und Termine zur Bestattung Ihres Kindes finden Sie auf S. 15. Außerdem halten wir für Sie auf unserer Website weitere Informationen, auch in anderen Sprachen, bereit.

Dort finden Sie auch Texte, die Ihnen helfen können und einen Link auf Musikstücke, die anderen Eltern hilfreich waren und die uns zurückgemeldet wurden.

Die Seite umfasst außerdem Bücherlisten, um den Geschwisterkindern nahezubringen was passiert ist und weitere hilfreiche Adressen.

Die Seite können Sie unter [www.sfh-muenster.de/sternenkinder](http://www.sfh-muenster.de/sternenkinder) oder unter folgendem QR-Code abrufen.



Bitte melden Sie sich, wenn Sie Unterstützung brauchen, Anregungen oder Fragen haben,

herzlichst,  
*Ihr Team aus dem St. Franziskus-Hospital*

<b>Im Krankenhaus</b> .....	<b>5</b>
Zeit zum Nachdenken und Entscheiden .....	5
Was kommt auf Sie zu? .....	6
Wenn Sie noch am Anfang der Schwangerschaft sind .....	6
Wenn Ihre Schwangerschaft schon weiter fortgeschritten ist.....	6
Warum eine normale Geburt? .....	6
Ablauf der Geburt.....	7
<b>Willkommen heißen und Abschied nehmen</b> .....	<b>8</b>
Segnung und Namensgebung.....	8
Geschwisterkinder.....	9
Familie und Freunde .....	9
Sternenkindfotograf*in.....	9
<b>Wer hilft mir? Ansprechpartner*innen im Krankenhaus</b> .....	<b>10</b>
Hebammen .....	10
Pfleger*innen.....	10
Ärzt*innen.....	10
Seelsorger*innen.....	10
Mitarbeiter*innen des Sozialdienstes.....	10
<b>Was geschieht mit meinem Kind?</b> .....	<b>11</b>
Obduktion – ja oder nein? .....	11
<b>Rechtliche Folgen – rechtliche Fragen</b> .....	<b>13</b>
Geburts- und Sterbeurkunde .....	13
Mutterschutz und Elterngeld.....	14
<b>Bestattung des Kindes</b> .....	<b>15</b>
Bestattung durch die Krankenhausesseelsorge .....	15
Bestattungspflicht.....	16
Bestattungsrecht .....	16
<b>Wieder zu Hause – wer hilft mir?</b> .....	<b>17</b>
Hebammenhilfe .....	17
Ärztliche Untersuchungen und Beratungen .....	17
<b>Trotz Trauer leben – mit Trauer leben</b> .....	<b>18</b>
Plötzlich ist alles anders.....	18
Zeit zum Trauern – was kommt auf Sie zu? .....	18
Was tut mir gut? .....	19
Wie sag ich es meinen Freund*innen?.....	20
Wie schütze ich mich?.....	21
<b>Adressen und Links</b> .....	<b>22</b>

## Liebe Sternenerltern!

Wenn ein lieber Mensch stirbt, ist das schrecklich. Wenn das eigene Kind noch während der Schwangerschaft stirbt, ist das eine Katastrophe. Für die Mutter, den Vater, für die Geschwister und für alle, die sich über das wachsende Leben mitgefremt haben.

All die Vorbereitungen, Wünsche, Erwartungen, Gedanken und Gefühle werden durch den Tod des Kindes jäh abgebrochen und lassen Sie trauernd zurück.

Wir wollen Sie mit dieser Broschüre begleiten auf dem schwierigen Weg, diese Erfahrung in Ihr Leben zu integrieren. Wir möchten Ihnen Informationen an die Hand geben, um Ihnen in dieser Situation jetzt zu helfen, handlungsfähig zu sein und sich auf anstehende Entscheidungen vorbereiten zu können. Wir nennen Ihnen Ansprechpartner\*innen in und außerhalb unseres Krankenhauses.

Wir möchten Sie ermutigen, sich die Zeit zu nehmen, die Sie brauchen, für den Abschied von Ihrem Kind und für Ihre Trauer. Und wir wünschen Ihnen Menschen an Ihrer Seite, die Ihre Fragen, das Leid und die Trauer mit Ihnen aushalten, durchstehen und Ihren Weg mit Ihnen gehen.

Als Mutter und Vater erleben Sie Ihre jetzige Situation sehr unterschiedlich – in der Trauer als Eltern sind Sie sich vielleicht sehr nah. Bleiben Sie miteinander gut im Gespräch!

*Elisabeth Frenke,  
Seelsorgerin im St. Franziskus-Hospital*



### **Zeit zum Nachdenken und Entscheiden**

In der erwartungsfrohen Zeit der Schwangerschaft haben Sie vermutlich nicht mit all dem gerechnet, was gerade auf Sie zukommt. Mit der fatalen Prognose für Ihr Kind bricht Ihre Welt zusammen und es öffnet sich ein Loch aus Hilflosigkeit, Angst, Trauer und vielleicht auch Wut. Alle Gefühle, die Ihnen jetzt kommen, sind angemessen und helfen Ihnen, mit der Situation umzugehen.

Nun haben Sie Zeit, die nächsten Schritte in Ihrem Tempo und jeweils unterschiedlicher Reihenfolge auf sich zukommen zu lassen:

- Zeit, um den ersten Schock zu verarbeiten
- Zeit zum Nachdenken
- Zeit, um die nötigen Entscheidungen zu treffen
- Zeit, um innerlich Abschied vom Kind zu nehmen
- Zeit, um wichtigen Bezugspersonen Bescheid zu sagen und sich Hilfe und Unterstützung zu holen
- Zeit, um traurig zu sein und zu weinen
- Zeit, um sich auf die Geburt vorzubereiten und einen Namen für Ihr Kind zu finden

Wenn die Untersuchungen ergeben, dass Ihr Kind tatsächlich nicht mehr lebt, besteht in den meisten Fällen kein sofortiger Handlungsbedarf. Nur wenn Sie eine unstillbare starke Blutung haben oder eine gefährliche Infektion vorliegt, müssen Sie im Krankenhaus bleiben. Ansonsten besteht keine Eile und Sie dürfen noch einmal nach Hause gehen.

### Was kommt auf Sie zu?

Auch wenn die / der Frauenärzt\*in Sie zu weiteren Untersuchungen ins Krankenhaus überweist (z.B. für einen Ultraschall, Kontrolle der Blutwerte etc.), können Sie in den meisten Fällen im Anschluss daran noch einmal nach Hause gehen. Nicht nur, um die nötigen Sachen für die Klinik zu packen, sondern auch, um die Nachricht zu verdauen und vielleicht im vertrauten Umfeld Kraft zu sammeln. Kommen Sie dann ins Krankenhaus, werden Sie zunächst ausführlich beraten.

### Wenn Sie noch am Anfang der Schwangerschaft sind

Wir versuchen, Ihnen in Ihrer schwierigen Situation einen privaten Rahmen zu schaffen, in dem Sie für sich Ruhe haben. Sie haben Zeit, sich auf den bevorstehenden Eingriff vorzubereiten. Meistens wird unter Vollnarkose eine sogenannte „Ausschabung“ vorgenommen, bei der das Schwangerschaftsgewebe aus der Gebärmutterhöhle entfernt wird. Dies geschieht i. d. R. ambulant, d.h. dass Sie am selben Tag wieder nach Hause gehen können.

Nach der 10. Schwangerschaftswoche kann es sein, dass vor der Ausschabung ein Wehen auslösendes Zäpfchen vor den Gebärmuttermund gelegt wird, um den Eingriff zu erleichtern. Nach der 12. Schwangerschaftswoche ist eine alleinige Ausschabung meist nicht mehr möglich.

### Wenn Ihre Schwangerschaft schon weiter fortgeschritten ist,

d.h. etwa ab dem 4. Monat (>12. SSW), müssen Sie über Nacht im Krankenhaus bleiben. Sie werden stationär auf der gynäkologischen Station aufgenommen. Dort sind Hebammen erreichbar, die Sie betreuen. Gesundheits- und Krankenpfleger\*innen, Hebammen und Ärzt\*innen versuchen, Ihnen in Ihrer schwierigen Situation einen privaten Rahmen zu schaffen, in dem Sie für sich Ruhe haben, um innerlich Abschied vom Kind zu nehmen. Wenn eben möglich, wird auch Ihr\*e Partner\*in oder ein\*e Freund\*in in Ihrem Zimmer untergebracht und kann auch über Nacht bei Ihnen bleiben.

Die Geburt wird eingeleitet und Sie werden das Kind „auf normalem Weg“ zur Welt bringen. Dies ist der natürlichste und aus medizinischer und psychologischer Sicht schonendste Weg für die Frau.

### „Warum eine normale Geburt?“

Viele Frauen stellen sich einen Kaiserschnitt leichter vor und empfinden die Tatsache, dass sie ihr totes Kind normal zur Welt bringen sollen, als Qual. Jedoch ist ein Kaiserschnitt technisch häufig nicht machbar, weil die Gebärmutter noch so klein ist. Außerdem verletzt ein Kaiserschnitt die Gebärmutter. Bei der Heilung

entsteht eine Narbe, die bei weiteren Schwangerschaften Probleme bereiten kann. Auch wenn es im Moment der Geburt schwer sein sollte, ist die bewusst erlebte Geburt für die Verarbeitung der Trauer und des Abschieds vom Kind besser als ein Kaiserschnitt. Manche Frauen berichten, dass die normale Geburt für sie eine Möglichkeit war, sich mit dem Kind nochmal eng verbunden zu fühlen.

### Ablauf der Geburt

Wenn der Muttermund noch geschlossen ist, werden Zäpfchen in die Scheide vor den Muttermund geschoben. Diese bewirken, dass der Muttermund weicher wird, Wehen ausgelöst werden und sich der Muttermund schließlich ein wenig öffnen kann. Die Zäpfchen werden alle 3 Stunden gegeben. Dieser Prozess, der durch die Zäpfchen ausgelöst wird, kann schmerzhaft sein. Sie haben die Möglichkeit, während der ganzen Zeit mit Schmerzmitteln versorgt zu werden.

Während der Zeit werden Sie durch eine Hebamme oder einen/eine Gesundheits- und Krankenpfleger\*in betreut. Nach der Geburt des Kindes ist in den meisten Fällen zusätzlich noch eine Ausschabung notwendig, da sich der Mutterkuchen häufig nicht von allein löst. Hierzu ist eine kurze Vollnarkose nötig. Sie können den Eingriff aber auch in Teilnarkose (Periduralanästhesie) durchführen lassen.

Ab der 16. Schwangerschaftswoche kann es zum Milcheinschuss in die Brust kommen. Darum erhalten Sie Tabletten zum Abstillen. Vor der Entlassung aus dem Krankenhaus wird noch eine Abschlussuntersuchung gemacht, deren Ergebnis Ihrem Frauenarzt/Ihrer Frauenärztin geschickt wird.



*„Nur wen ich begrüßt habe, kann ich auch verabschieden.“*

Wenn Sie Ihr Kind durch eine „Stille Geburt“ auf die Welt gebracht haben, ist es in den meisten Fällen möglich, dass Sie Ihr Kind zur Begrüßung und zum Kennenlernen anschauen und betrachten können. Seien Sie gewiss: Ihr Kind ist einzigartig und auf seine Weise schön! Wir werden Ihr Kind in ein Nestchen betten, damit es angekleidet ist. Viele Eltern scheuen sich zunächst. Die Erfahrung zeigt, dass Eltern froh sind, ihr Kind angeschaut zu haben, weil sie es mit den Augen der Liebe tun – und weil diese Aller-kleinsten vollkommener und kindlicher aussehen als erwartet. Abhängig von Größe und Gewicht können Sie Ihr Kind waschen, ankleiden und im Arm halten. Sie geben Ihrem Kind damit Ansehen!

Die Hebammen messen und wiegen das Kind, wenn es möglich ist, und machen auch einen Hand- und Fußabdruck zur Erinnerung. In den meisten Fällen können Sie Ihr Kind fotografieren oder vom Klinikpersonal fotografieren lassen. Wenn Sie die Fotos nicht mitnehmen möchten, werden sie in der Akte der Mutter aufbewahrt. Das bedeutet auch, wenn Sie im Moment Ihr Kind nicht sehen wollen, haben Sie später die Möglichkeit, die Fotos vom Krankenhaus anzufordern.

Sie erhalten viel Zeit und Raum, Abschied zu nehmen. Dazu können Sie Ihr Kind z. B. von der / dem Krankenhausseelsorger\*in segnen lassen und Ihrem Kind den Namen geben, den Sie ausgewählt haben. Sie können eine Kerze anzünden und Ihr Kind in Ihren Händen halten und mit ihm sprechen.

#### **Segnung und Namensgebung**

Dem Kind Gottes Segen zuzusprechen und damit laut auszusprechen, dass es geliebt und gesegnet ist, kann Ihnen als Eltern das Gefühl geben, alles Erdenkliche für Ihr Kind getan zu haben. In einem Ritual am Krankenbett mit den Eltern oder zusätzlich mit weiteren Familienmitgliedern, sind sowohl ein Segen, als auch eine Namensgebungsfeier möglich. Dieser Segenzuspruch kann kurz bevor Sie das Krankenhaus verlassen auch in der Kapelle stattfinden. In einem Gespräch mit dem/der Seelsorger\*in werden Sie das für sich passende Ritual finden.

#### **Geschwisterkinder**

Auch Geschwisterkinder brauchen die behutsame Begleitung in dieser Zeit. Wir möchten Sie ausdrücklich ermutigen, dass Sie auch den Geschwisterkindern, selbst wenn sie noch sehr klein sind, das tote neue Geschwisterkind zeigen. Auch Kleinkinder bekommen mit, dass etwas in der Familie passiert ist. Sie können mit der Einbeziehung in die Situation ihre Gefühle besser kanalisieren und müssen sich nicht mehr fragen, ob sie selber „Schuld“ an den Tränen der Eltern sind. Kleinkinder nehmen nur soviel Informationen auf, wie sie gerade verarbeiten können.

#### **Familie und Freunde**

Sie können auch Familienangehörige und Freunde ins Krankenhaus einladen und am Abschied teilnehmen lassen.

Auch eine Aufbahrung zu Hause ist möglich. Für den Transport bei verstorbenen Kindern mit mehr als 500 Gramm Gewicht ist rechtlich ein Bestatter dazu erforderlich.

Ganz besonders wichtig ist, dass Sie und Ihre Familie sich genügend Zeit nehmen, um sich von Ihrem Kind zu verabschieden. Lassen Sie sich nicht von anderen unter Zeitdruck setzen. Sie können Ihr Kind so lange Sie möchten bei sich haben. Dann haben Sie in späteren Phasen der Trauer, Erinnerungen an die kurze Zeit mit Ihrem Kind.

#### **Sternenkindfotograf\*in**

Auf der Internetseite „[www.dein-sternenkind.eu](http://www.dein-sternenkind.eu)“ finden Sie das kostenfreie Angebot eines gemeinnützigen Vereins, der es nach dem Tod Ihres Kindes ermöglicht, einen Fototermin für das Kind und die Familie anzumelden. Der / die Fotograf\*in kommt schnellstmöglich ins Krankenhaus und macht von Ihnen und Ihrem Kind professionelle und einfühlsame Fotos. Diese Erinnerung kann Ihre Trauer langfristig erleichtern.

In sehr frühen Schwangerschaftswochen ist manches nicht möglich – ein Ultraschallbild oder der Mutterpass können dann eine sichtbare Erinnerung an das Kind sein. Eine Segnungsfeier und eine Namensgebungsfeier sind im Krankenhaus immer möglich.

## Ansprechpartner\*innen im Krankenhaus

### Hebammen

Hebammen sind die Fachfrauen, wenn es um Geburten geht. Sie betreuen Sie während der Geburt und sind bereit, Ihnen alle Fragen zu beantworten, die Sie in Bezug auf die Geburt bewegen.

### Pfleger\*innen

Die Gesundheits- und Krankenpfleger\*innen auf der Station sind für Ihre pflegerische Betreuung zuständig und gestalten Ihnen den Aufenthalt im Krankenhaus in Ihrer schwierigen Situation so angenehm wie möglich.

### Ärzt\*innen

Die Ärzt\*innen im Krankenhaus erklären Ihnen die Diagnose und das medizinische Vorgehen, führen die notwendigen Untersuchungen und operative Eingriffe durch. Sie sind jederzeit ansprechbar.

### Seelsorger\*innen

Es gibt für Sie das Angebot der Seelsorge – unabhängig davon, ob Sie sich einer Kirche verbunden fühlen oder nicht. Der / die Seelsorger\*in ist für Sie da, nimmt sich Zeit für Sie und bietet Ihnen an, mit Ihnen nach einer Möglichkeit des Abschiednehmens von Ihrem Kind zu suchen: vielleicht ein Gebet oder eine Segnung, vielleicht ein kleiner Ritus mit Ihrer Familie, vielleicht aber auch einfach das gemeinsame Aushalten der Ratlosigkeit.

### Mitarbeiter\*innen des Sozialdienstes

Wenn Sie während Ihres Klinikaufenthaltes Begleitung und Beratung zu häuslicher, familiärer oder finanzieller Unterstützung wünschen, stehen die Mitarbeiter\*innen des Sozialdienstes im Krankenhaus zur Verfügung.

Sie können die Seelsorger\*in und die Mitarbeitenden des Sozialdienstes direkt mit dem Haustelefon anrufen oder auf Ihrer Station bitten, den Kontakt für Sie herzustellen.

**Wichtig:** Scheuen Sie sich nicht, sich im Krankenhaus und auch nach der Entlassung Unterstützung und Beratung zu suchen. Dies wird Ihre Möglichkeiten der Verarbeitung dieses existenziellen Verlustes entscheidend beeinflussen.

## Obduktion – ja oder nein?

Nach einer frühen Fehlgeburt werden Gewebeuntersuchungen der Nabelschnur und des Mutterkuchens gemacht. Dabei werden in bestimmten Fällen Entzündungswerte ermittelt und es wird nach chromosomalen Unstimmigkeiten gesucht. In den meisten Fällen kann man jedoch nicht feststellen, warum es zu einer Fehlgeburt kam. Wenn Sie die Untersuchungen nicht möchten, können Sie festlegen, dass keinerlei Untersuchungen gemacht werden sollen.

Falls Sie schon mehrere frühe Fehlgeburten hatten, ist es ratsam, umfangreichere Untersuchungen zu machen, um mögliche Ursachen zu finden. Das kann hilfreich sein, wenn Sie wieder schwanger werden möchten.

Bei einer späten Fehlgeburt werden Sie gefragt, ob Sie einer Obduktion zustimmen. Eine Obduktion, auch Autopsie genannt, bedeutet, dass bei Ihrem Kind ein Schnitt am Körper gemacht wird. Dann werden Gewebeproben der Organe entnommen, die später untersucht werden und die Haut wird wieder vernäht. Danach kann Ihr Kind bestattet werden. Auch die Plazenta wird darauf untersucht, ob Chromosomenstörungen vorliegen oder die Versorgung beeinträchtigt war. Zusätzlich wird bei der Mutter nach Infektionskrankheiten gesucht, die eine Fehlgeburt ausgelöst haben könnten.

Eine Obduktion kann nur mit Ihrem ausdrücklichen Einverständnis und Ihrer Unterschrift vorgenommen werden. Sie müssen sich nicht sofort für oder gegen eine Obduktion entscheiden, sondern haben zwei bis drei Tage dafür Zeit. Und auch wenn Sie vorher einer Obduktion zugestimmt haben, können Sie diese Entscheidung nach der Geburt widerrufen.

Für viele Eltern ist es eine schwierige Entscheidung. Vielleicht möchten Sie spontan die Obduktion ablehnen mit dem Gefühl, Ihrem Kind keinen weiteren Schaden zuzufügen. Andererseits möchten Sie vielleicht gerne wissen, ob eine Ursache für den Tod des Kindes erkennbar ist.

Möglicherweise gehören Sie zu den Eltern, die später nachgrübeln, warum ihr Kind nicht leben konnte. Später sind solche Untersuchungen dann nicht mehr möglich. Manche Frauen finden es beruhigend zu wissen, warum es so kam, andere nehmen den Tod ihres Kindes lieber als gegeben hin.

Fragen, die bei der Entscheidung helfen können:

- Was genau wird untersucht?
- Helfen mir die Ergebnisse? Ist es für mich von Wert, medizinische Details zu wissen?
- Ist in meiner Situation eine Obduktion überhaupt sinnvoll?
- Bin ich eher beruhigt durch ein medizinisches Untersuchungsergebnis oder eher durch den Gedanken „es ist eben leider so gekommen“?
- Ist es für uns eine Entscheidungshilfe, für eine eventuelle Folgeschwangerschaft?



### Begriffsklärung

Für Sie ist es Ihr Kind – unabhängig davon, in welcher Schwangerschaftswoche Sie sich befinden. Und wenn Ihr Kind nicht leben kann, sind Schmerz und Verlust groß.

Im allgemeinen Sprachgebrauch hat es sich durchgesetzt, bei allen Kindern, die vor oder kurz nach der Geburt sterben, von Sternenkindern zu sprechen. Der Begriff ist entstanden, weil die Sterne immer da sind – auch wenn wir sie nicht immer sehen können. So sind auch Ihre Kinder nicht weg – sondern für unsere Augen in unserem Leben nicht mehr sichtbar. Für manche Menschen ist es näherliegend, von einem Schmetterlingskind zu sprechen – weil das Kind zart wie ein Hauch nur kurz verweilt hat und dann fortgeflogen ist.

Medizinisch und rechtlich unterscheidet man folgende Begriffe mit je unterschiedlichen Folgen für z.B. Mutterschutz, standesamtliche Anmeldung und Bestattung des Kindes.

Als frühen (bis 12. SSW) oder späten (12. – 23. SSW) Abort (Fehlgeburt) bezeichnet man eine Geburt, wenn das Kind weniger als 500g Geburtsgewicht hat. Als Totgeburt bezeichnet man die Geburt eines Kindes, das über 500g wiegt, und / oder die 24. Schwangerschaftswoche erreicht hat und tot zur Welt kommt. Im Unterschied dazu spricht man von einer Lebendgeburt, unabhängig vom Gewicht – wenn bei der Geburt mindestens ein Lebenszeichen festgestellt werden kann.

### Geburts- und Sterbeurkunde

Unabhängig von der Schwangerschaftswoche bei der Geburt oder vom Gewicht des Kindes ist eine Eintragung im Geburtsregister des Standesamtes möglich.

Bei einer Geburt unter 500g oder einer SSW unterhalb der 24. Woche wird keine Geburts- und Sterbeurkunde ausgestellt. Sie haben aber das Recht, den Namen Ihres Kindes beim Standesamt anzumelden. Mit der Bescheinigung über die Fehlgeburt, die Sie auf Wunsch vom St. Franziskus-Hospital erhalten, können Sie sich beim Standesamt Münster melden und den Eintrag Ihres Kindes vornehmen lassen.

Wenn Ihr Kind tot geboren wurde (über 500g Geburtsgewicht oder ab der 23. SSW), erhalten Sie auf jeden Fall eine Geburtsurkunde für Ihr Kind, in der vermerkt ist, dass Ihr Kind tot geboren wurde.

RECHTLICHE FOLGEN –  
RECHTLICHE FRAGEN

Wenn Ihr Kind bei der Geburt Lebenszeichen zeigte und danach gestorben ist, bekommen Sie eine Geburtsurkunde und eine Sterbeurkunde vom Standesamt.

Viele Eltern geben ihrem Kind einen Namen und halten ihn für sich fest, unabhängig davon, ob sie den Namen auch beim Standesamt eintragen lassen. Die Hebammen erstellen eine Erinnerungskarte für Sie, in der neben der Schwangerschaftswoche, der Größe und dem Gewicht auch der Name des Kindes eingetragen werden kann.

Für Sie als Eltern kann es langfristig wichtig sein, dass Sie sich konkret an „Lena“ oder „Bastian“ oder an „das Sternchen“ erinnern und nicht nur an „die Fehlgeburt“. Ein Vorname macht Ihr Kind unverwechselbar und einzigartig.

### **Mutterschutz und Elterngeld**

Nach einer Fehlgeburt hat die Mutter keinen Anspruch auf Mutterschutz oder auf Mutterschaftsgeld. Nach einer Fehlgeburt nach der vollendeten 11. SSW hat die Mutter allerdings Kündigungsschutz für vier Monate. Außerdem bleibt der normale Anspruch auf Lohnfortzahlung im Krankheitsfalle bestehen. Wenn Ihr Arbeitgeber von Ihrer Schwangerschaft wusste, informieren Sie ihn auf jeden Fall davon, dass Sie nicht mehr schwanger sind. Die Krankenkassen übernehmen nach einer Fehlgeburt die Kosten für die Hebammenbetreuung.

Sowohl nach einer Totgeburt als auch nach einer Lebendgeburt hat die Mutter einen Anspruch auf regulären Mutterschutz. Wenn Sie möchten, können Sie mit einem ärztlichen Attest drei Wochen nach der Geburt wieder arbeiten. Elterngeld können Sie beantragen, wenn Ihr Kind eine Tot- oder Lebendgeburt war. Unter Umständen ist auch ein Monat Elternzeit möglich. Kindergeldanspruch haben Sie nach einer Lebendgeburt für einen Monat.

Auch wenn es finanziell nicht viel ausmacht und es mit Anträgen verbunden ist, ist vielleicht der Gedanke wohltuend, dass Sie in den Bescheiden offiziell als Eltern angesprochen werden und Ihr Kind gewürdigt wird.

Sollten Sie ohne Beschäftigung sein, können Sie bei der Krankenkasse ggf. Entbindungsgeld beantragen.

Insgesamt empfehlen wir Ihnen jedoch, sich ausreichend Zeit zu lassen, um das Erlebte gut zu verarbeiten. Wenn Sie wieder im Berufsalltag stehen, ist dafür vielleicht zu wenig Zeit. Das kann sich langfristig negativ auf Ihr Wohlbefinden auswirken.

### **Bestattung durch die Krankenhauseelsorge**

Jedes Kind, das tot auf die Welt kommt, wird menschlicher Würde entsprechend behandelt und bestattet. Sie haben, wenn Ihr Kind tot zur Welt gekommen ist, unabhängig vom Gewicht Ihres Kindes folgende Möglichkeiten:

- Sie können Ihr Kind in der nächsten ökumenischen Trauerfeier hier im St. Franziskus-Hospital verabschieden. Die Kosten werden vom Hospital getragen.
- Sie können Ihr Kind individuell in einem Sarg oder einer Urne auf einem Friedhof in Ihrer Nähe in einem Einzelgrab, einem Familiengrab oder einem Kindergrab bestatten.

Mit Ihrer Entscheidung können Sie sich bis drei Wochen vor dem nächsten gemeinsamen Bestattungstermin Zeit lassen, da Ihr Kind bis dahin im Hospital bleiben kann. Sprechen Sie die Seelsorger\*innen gerne an, wenn Sie individuelle Fragen haben.

Für viele Menschen ist es wichtig, einen Ort der Trauer zu haben. Vielleicht ist Ihnen dieser Gedanke zunächst fremd, aber lassen Sie sich Zeit und spüren Sie nach, ob eine Beerdigung und eine Grabstelle für Sie wichtig werden könnten.

Das St. Franziskus-Hospital bestattet alle Kinder, unabhängig von ihrer Größe während einer Gedenk- und Beerdigungsfeier, wenn Sie sich nicht zu einer persönlichen, individuellen Bestattung entscheiden. Diese Bestattung, zu der Sie herzlich eingeladen sind, wird dreimal jährlich als gemeinschaftliche Feuerbestattung in einer Urne gestaltet.

**Die Termine sind drei Mal jährlich am jeweils ersten Freitag in den Monaten März, Juni und November. Bei einem Feiertag verschiebt sich der Termin auf den folgenden Freitag.**

Wir Seelsorger\*innen laden Sie ein zu einer Trauerfeier beginnend um 13:30 Uhr in unserer Krankenhauskapelle und zur anschließenden Beisetzung auf dem Alten St. Mauritz-Friedhof und bestatten die Urne auf der **Kindergrab- und Gedenkstätte „Geborgen im Erinnern – Grabstätte für das ungeborene Leben“**. Die Grabstätte befindet sich in der Nähe des Eingangs. Der Gedenkstein erinnert an die Stadt auf dem Berg, ein biblisches Hoffnungszeichen: die Stadt, die Geborgenheit, Sicherheit und Heimat gibt und ein Wiedersehen ermöglicht. Die Grabstätte wird von der Friedhofsverwaltung gepflegt. Dort abgelegte Erinnerungsstücke werden von Zeit zu Zeit entfernt.

Das Personenstandsgesetz und die Bestattungsgesetze in Deutschland und die Richtlinien dazu bestimmen, in welchem Rahmen Kinder individuell bestattet werden müssen (Bestattungspflicht) oder dürfen (Bestattungsrecht).

### **Bestattungspflicht**

Bestattet werden müssen (gesetzliche Pflicht) alle Kinder, die bei der Geburt Lebenszeichen zeigten und danach verstorben sind. Dabei ist es unerheblich, in welcher Schwangerschaftswoche Sie sich befunden haben oder wie schwer das Kind war. Im Umkehrschluss heißt das, dass totgeborene Kinder, unabhängig von ihrer Entwicklung oder ihrem Gewicht im Rahmen der gemeinschaftlichen Bestattung im Krankenhaus bestattet werden können.

### **Bestattungsrecht**

Trotzdem haben Sie als Eltern IMMER das Recht, ihr Kind individuell zu bestatten. Dabei bestehen verschiedene Möglichkeiten:

- Einzelbeerdigung auf einem sog. „Sternenfeld“ (z.B. Sternchenfeld auf dem Waldfriedhof Lauheide oder Frühchenfeld II auf dem Zentralfriedhof, diese Möglichkeiten sind kostenlos)
- Beisetzung im vorhandenen Familiengrab (auf manchen Friedhöfen entstehen Kosten)

**Wenn Ihr Kind nicht bestattungspflichtig ist**, benötigen Sie keinen Sarg und keinen Bestatter. Manche Eltern schreibern oder kaufen ein kleines Holzkästchen als letzte Ruhestätte für ihr Kind. Der Verband der Bestatter in Münster stellt uns kleine Säрге zur Verfügung. Sie können Ihr Kind vom Krankenhaus direkt zum Friedhof bringen, wenn Sie dem St. Franziskus-Hospital eine Bescheinigung des Friedhofsamtes vorlegen, dass Ihr Kind bestattet wird. Auf Wunsch übernimmt den Transport aber auch kostenfrei ein Bestattungsunternehmen. Bitte wenden Sie sich in diesen Fragen an die Krankenhausesseelsorger\*in.

Wichtig: Das Gestalten und Erleben der Bestattung ist eine Möglichkeit des Abschiednehmens. Die Trauer kann sich hier Ausdruck verleihen. Die Trauer ist ein Ausdruck der Liebe. Je mehr Sie im Sinne Ihrer eigenen Werte und Wünsche handeln können, desto leichter wird Ihnen die Verarbeitung des Verlustes fallen. In diesem Zusammenhang können Sie auch überlegen, ob Sie Ihrem Kind Beigaben mit ins Grab geben: Einen Brief, ein Familienfoto, ein gemaltes Bild der Geschwister, ein kleines Geschenk.

### **Hebammenhilfe**

Hebammen begleiten Frauen nicht nur bei ihrer Schwangerschaft und Geburt. Sie sind auch während einer Fehlgeburt und in der Nachsorge für Sie da. Die Kosten übernehmen die Krankenkassen.

Die Hebamme achtet darauf, dass das Abstillen ohne Probleme verläuft und sich alle Rückbildungsvorgänge im Körper richtig vollziehen. Sie prüft, ob mögliche Geburtsverletzungen richtig abheilen und geht auf Ihre Fragen ein.

### **Ärztliche Untersuchungen und Beratungen**

Nach der Fehlgeburt sollten Sie zur Nachuntersuchung zu Ihrem\*Ihrer Frauenärzt\*in gehen. Dort wird untersucht, ob mit der Gebärmutter und mit der Brust alles in Ordnung ist. Sie werden über den Entlassbericht aus dem Krankenhaus informiert und können mit dem\*der Ärzt\*in überlegen, welche Verhütungsmittel angewendet werden können und wann frühestens eine nächste Schwangerschaft geplant werden kann.

Wenn im Krankenhaus nach vier bis sechs Wochen alle Untersuchungsergebnisse (Obduktion etc., falls gewünscht) vorliegen, können Sie darüber auch noch einmal mit dem\*der Ärzt\*in aus dem Hospital sprechen. Fragen Sie gerne nach einem Termin bei Petra Saphörster (Kontakt s. Rückseite).

Wenn Chromosomenstörungen festgestellt wurden, können Sie eine genetische Beratung in Anspruch nehmen.

Im „Haus der Familie“ gibt es spezielle Rückbildungskurse für Frauen, deren Kind verstorben ist. Das ist wichtig, weil es Ihnen in einem „normalen“ Rückbildungskurs passieren kann, dass eine Mutter ihren Säugling mit zum Kurs bringt, was Ihnen im Zweifel ggf. sehr zusetzen kann (s. Kontakte Seite 22).

## Plötzlich ist alles anders

Tod und Verlust bringen immer einen tiefen Einschnitt im Leben mit sich. Plötzlich ist alles anders, es fehlt jede Perspektive. Der Alltag scheint so leer und alles ist sehr schwer. Mut und Zuversicht gehen mit dem verstorbenen Kind verloren.

Der Tod eines Kindes ist ein besonders schmerzlicher Verlust. Das trifft vor allem für Eltern zu, die ein Kind in der Schwangerschaft verlieren. Das Umfeld hat die verstorbenen Kinder bisher kaum wahrgenommen, sie waren nach außen noch nicht sichtbar und somit auch noch nicht so präsent. Das hat häufig zur Folge, dass das Erschrecken über einen so frühen Tod zwar groß ist, aber die Anteilnahme und Unterstützung doch recht schnell nachlassen und zur „Tagesordnung“ übergegangen wird. Auch wenn dies oft aus Unsicherheit geschieht, fühlen sich die Betroffenen häufig allein gelassen und unverstanden.

## Zeit zum Trauern – was kommt auf Sie zu?

Trauer braucht Zeit und jede\*r erlebt seine / ihre Trauer anders. Keine\*r kann Ihnen vorschreiben, wie lange Trauer währt, wie sie sich äußern darf und was hilft. Lassen Sie sich Zeit, Ihren eigenen Weg der Trauer zu finden und zu gehen.

Trotz aller Individualität gibt es Gemeinsamkeiten, wie Menschen Trauer durchleben: Einerseits ist Trauer ein Prozess mit verschiedenen Phasen. Man ist geschockt und betäubt und will den Verlust nicht wahrhaben. Es brechen Gefühle auf: Sehnsucht, Wut, Verzweiflung, Angst und man sucht nach dem Verlorenen. Man fühlt sich desorientiert und hat Probleme, seinen Alltag „normal“ zu leben – Konzentrationsprobleme, Schlafstörungen, Entscheidungsschwierigkeiten gehen damit einher. Alle Gefühle und Gefühlsschwankungen sind zunächst angemessen und berechtigt. Das alte Leben stimmt nicht mehr, in einem neuen hat man sich noch nicht eingerichtet.

Sie werden in der Trauerzeit vermutlich verschiedene Aufgaben bewältigen, Gefühle durchleben und verarbeiten:

- Sehen, was verloren ist
- Annehmen, dass es verloren ist
- Loslassen, was verloren ist

- Wahrnehmen, was geblieben ist
- Annehmen, was geblieben ist
- Einlassen auf das, was geblieben ist
- Einlassen auf das, was das Leben noch bereithält
- Lieben, was an Beziehung zum Kind wachsen durfte

Diese „Aufgaben“ werden nicht nacheinander bearbeitet und abgehakt, sondern stellen sich immer wieder neu ins Leben, bis der Schmerz der Trauer als Teil des Lebens integriert wird.

Und dennoch kommt die Zeit, wo man sich wieder nach außen orientieren kann und neue Energie und Lebensmut spürbar sind.

## Was tut mir gut?

Lassen Sie zu, sich als bedürftig zu erleben.

Überlegen Sie, was Ihnen gut tut und sagen Sie Ihrem / Ihrer Partner\*in, Verwandten oder Freund\*innen, was Sie sich wünschen. Es ist wichtig, die Trauer auszuleben, aber auch Grenzen zu setzen, um nicht ins Bodenlose zu versinken. Sich Zeit und Raum zum Trauern geben, aber sich auch Freude erlauben und Gutes gönnen, z.B.:

- Allein sein
- Jemanden suchen, der bei mir ist
- Weinen
- Schlafen
- Mit jemandem über meinen Verlust sprechen oder mit jemandem gemeinsam schweigen
- Praktische Hilfe im Haushalt annehmen
- Mir den Kummer von der Seele schreiben (Tagebuch führen, ein Gedicht oder einen Brief an mein Kind schreiben etc., evtl. auch als Grabbeilage)
- Kontakte zu Menschen, die ähnliches erlebt haben (in einer Selbsthilfegruppe oder im Internet)
- Professionelle Hilfe in Anspruch nehmen (Beratungsstelle, Trauergruppe, Kirchengemeinde)
- Ein Buch zum Thema lesen
- Erinnerungen an Ihr Kind in einer Schatzkiste sammeln (z. B. Fußabdruck, Ultraschallbild, Fotos, vorbereitete Kleidungsstücke)
- Abschiedsfeier, Beerdigung
- Einen Ort für meine Trauer finden (auf dem Friedhof, zu Hause, im Garten...)

Rituale helfen, Abschied zu nehmen und Trauer zu verarbeiten. Das Kind segnen lassen, eine Kerze anzünden, die Trauerfeier oder der Besuch am Grab sind Rituale, die den Abschied verdeutlichen und bewusst erleben lassen. Viele Eltern sammeln auf dem Grab ein paar Gegenstände, z.B. Steine aus dem Urlaub, als Botschaft an ihr Kind.

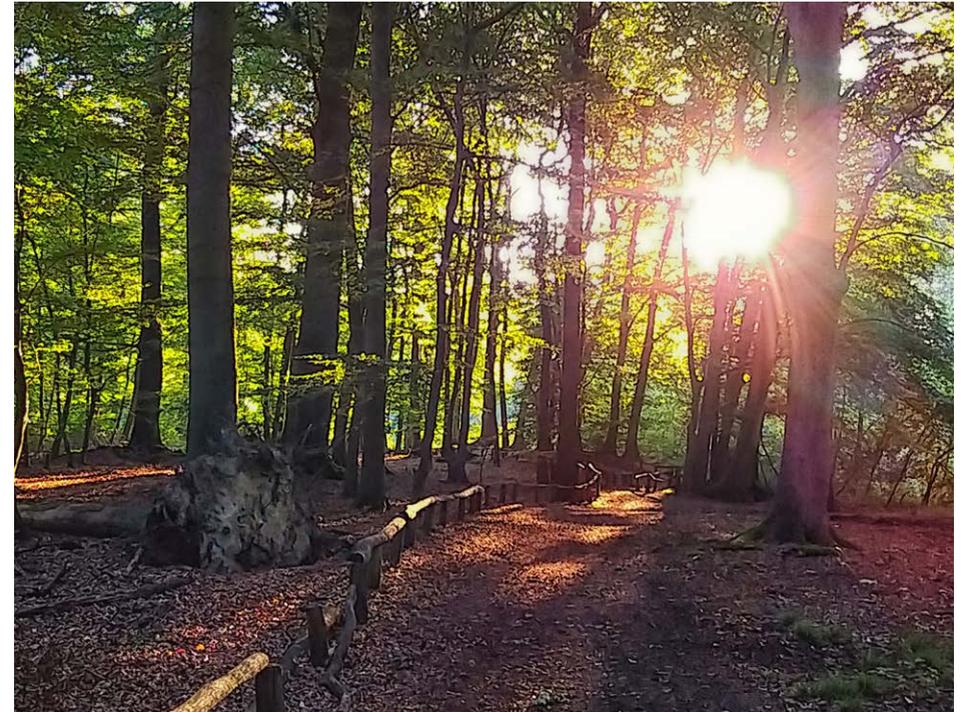
### Wie sag ich es meinen Freund\*innen?

Für sich selbst mit dem Verlust zurechtzukommen und zu trauern, ist schwer. Ebenso schwer ist es, Freund\*innen, Verwandten oder dem Arbeitgeber Geburt und Tod Ihres Kindes mitzuteilen. Wenn schon viele von Ihrer Schwangerschaft wussten, kann es hilfreich sein, einen kurzen Rundbrief, eine E-Mail oder eine Anzeige zu verschicken, damit die wichtigsten Personen Bescheid wissen. Es kann auch gut sein, innerhalb einer Freundesgruppe einer Kontaktperson etwas ausführlicher alles zu erzählen und sie dann zu bitten, die Nachricht an bestimmte Menschen weiterzusagen. Das ist vielen Frauen lieber, als wenn sich immer wieder Freund\*innen bei Ihnen ahnungslos nach dem Verlauf Ihrer Schwangerschaft erkundigen und Sie dann sagen müssen, dass Sie leider nicht mehr schwanger sind.

Enge Freund\*innen und Verwandte möchten Sie sicherlich unterstützen, sind aber oft unsicher, was Sie brauchen. Überlegen Sie sich, womit man Sie am besten unterstützen kann:

- Möchte ich über meinen Verlust sprechen oder ist es mir lieber zu schweigen?
- Will ich, dass jemand bei mir ist oder bin ich lieber allein?
- Welche Menschen tun mir gut?
- Kann ich praktische Hilfen im Haushalt brauchen, weil ich selbst so müde bin und mich zu nichts aufraffen kann?
- Freue ich mich über Zeichen der Anteilnahme (Blumen, Karten, kleine Geschenke)?

Sagen Sie Ihren Freund\*innen oder Verwandten, was Sie sich wünschen. Nehmen Sie Hilfe an! Sie sind dadurch entlastet und die anderen freuen sich, dass sie etwas für Sie tun können und sind womöglich weniger unsicher. Gute, unterstützende Gespräche werden dadurch wahrscheinlicher.



### Wie schütze ich mich?

Diese Sichtweise ist ebenso wichtig. Denn es werden nicht nur verständnisvolle Reaktionen auf Ihre Trauer kommen. Manche Menschen werden vielleicht aus Unwissenheit oder Unsicherheit unsensibel auf den Verlust Ihres Kindes reagieren. „Es war doch noch so klein“ oder „Du bist ja noch jung, du kannst noch viele Kinder bekommen“ etc. sind Bemerkungen, die unbedacht ausgesprochen werden und häufig als Trost gemeint sind, die aber sehr verletzen können. Machen Sie sich darauf gefasst, dass solche Sätze kommen werden und überlegen Sie, wie Sie sich schützen können.

Jede Reaktion hat ihre Berechtigung, wenn sie Ihnen hilft, sich vor Verletzungen zu schützen.

Es liegt ein Trauerprozess vor Ihnen, der Sie stark prägen wird und Ihnen starke, aber auch widersprüchliche Emotionen aufdrücken wird. Das ist normal und es ist wichtig, dass Sie sich nicht für „verrückt“ halten.

Wenn Sie das Gefühl haben, dass sich nichts verändert und Sie eher tiefer in einen Strudel der Trauer hineingeraten, holen Sie sich professionelle Hilfe.

### Eine Selbsthilfegruppe besuchen

Niemand kann trauernde und betroffene Eltern besser verstehen als Menschen, die ein ähnliches Schicksal durchlebt haben. Diejenigen, die schon ein Stück des Trauerweges gegangen sind, können frisch Betroffenen Hoffnung geben und ihnen zeigen, dass es auf diesem steinigen und kurvenreichen Weg mit Höhen und Tiefen auch weiter geht.

Monatliche Treffen der Frauen und Männer, die um ihr Kind trauern, finden statt im „Haus der Familie“, Krummer Timpen 42, 48143 Münster. Für den Erstkontakt wenden Sie sich an Edith Thier, Tel. 0251/418660 oder [www.haus-der-familie-muenster.de](http://www.haus-der-familie-muenster.de). Dort erfahren Sie Termine und weitere Informationen.

### Kontakt und Hilfe im Internet

- [www.bethanien-stiftung.de/angebote/bethanien-sternenkinder/sternenkinder-muenster-osnabrueck/](http://www.bethanien-stiftung.de/angebote/bethanien-sternenkinder/sternenkinder-muenster-osnabrueck/)
- [www.veid.de](http://www.veid.de)  
Bundesverband Verwaiste Eltern in Deutschland

### Worldwide Candle Lighting

Jährlich findet am zweiten Sonntag im Dezember das Worldwide Candle Lighting, das weltweite Kerzenleuchten für alle verstorbenen Kinder statt. In jeder Zeitzone auf der Erde sind Menschen eingeladen, um 19:00 Uhr eine Kerze anzuzünden, um aller verstorbenen Kinder zu gedenken, damit ihr Licht immer scheinen wird.

Wenn die Kerzen in der einen Zeitzone niederbrennen, werden sie in der nächsten angezündet. So wird für alle Sternenkinder 24 Stunden lang eine Welle von Licht um den Globus wandern.



### Literaturtipps

Bücher können Ihnen helfen, den Tod Ihres Kindes zu verarbeiten. Folgende Bücher sind speziell für Eltern geschrieben, deren Kind vor der Geburt oder kurz danach gestorben ist:

- „Sternenkinder – Wenn eine Schwangerschaft zu früh endet“  
von Birgit Zebothsen und Prof. Dr. med. Volker Ragosch, Südwest Verlag 2013
- „Mein Sternkind – Begleitbuch für Eltern, Angehörige und Fachpersonen nach Fehlgeburt, stiller Geburt oder Neugeborenentod“  
von Heike Wolter, edition riedenburg 2. Edition, 2017
- „Gute Hoffnung – jähes Ende. Fehlgeburt, Totgeburt und Verluste in der frühen Lebenszeit. Begleitung und neue Hoffnung für Eltern“  
von Hannah Lothrop, Kösel-Verlag, 4. Edition, 2016
- „Leise wie ein Schmetterling. Abschied vom fehlgeborenen Kind“  
von Ute Horn, Hänssler-Verlag, 10. Aufl. 2020
- „Meine Liebe findet dich: Der Wegweiser für Trauernde“,  
von Roland Kachler, Kreuz-Verlag, 2015
- „Gemeinsam trauern – gemeinsam weiter lieben: Das Paarbuch für trauernde Eltern“  
von Roland Kachler, Kreuz-Verlag, 2013
- „Meine Folgeschwangerschaft – Begleitbuch für Schwangere, ihre Partner und Fachpersonen nach Fehlgeburt, stiller Geburt oder Neugeborenentod“  
von Heike Wolter, edition riedenburg 2010
- „Stille Geburten sind auch Geburten und Sterneltern sind auch Eltern“  
von Crinna Hansen-Krewer, BoD, 2021
- „Und was kommt danach?: Begleitbuch bei Tot- und Fehlgeburt“  
von Hildegart Wörz-Strauß, Ernst Reinhardt Verlag, 2018

**Jedes Leben ist in der Tat  
ein Geschenk –  
egal wie kurz  
egal wie zerbrechlich.  
Jedes Leben ist ein Geschenk,  
welches für immer  
in unseren Herzen weiterleben wird.**

(Hannah Lothrop)