
Obsah

ÚVOD 5

JAK VÁM MOŽNÁ JE 6

- Emocionální reakce 6
- Tělesné reakce na zármutek 7
- Jak to říct rodině a přátelům 8

VYTVÁŘENÍ VZPOMÍNEK 10

- Pojmenovat miminko 10
- Vidět a pochovat si miminko 11
- Umýt a obléknout miminko 12
- Fotografie 13
- Další upomínky 14
- Obřad pro miminko 14

ROZHODNUTÍ OHLEDNĚ PITVY 15

- Před pitvou 16
- Čekání na výsledky 16

ROZHODNUTÍ OHLEDNĚ POHŘBU 17

- Možnosti ohledně pohřbu 18
- Pohřeb do země – co si promyslet 18
- Kremace 19

ÚŘEDNÍ ZÁLEŽITOSTI 19

- Jestliže se vaše miminko narodilo živé v jakémkoli stadiu těhotenství a pak zemřelo 19
- Pokud státní zástupce nařídí soudní pitvu 20
- Jestliže vaše miminko zemřelo doma 20

ODCHOD Z NEMOCNICE 21

- Péče vašeho lékaře a zdravotnického týmu 21
- Praktické záležitosti 22

NĚCO VÍC O ZÁRMUTKU A TRUCHLENÍ 23

Jak zvládat své pocity 23

Zármutek obou rodičů 24

Děti 26

Prarodiče 26

Další lidé 26

PRÁVA A FINANČNÍ PŘÍSPĚVKY 28

Na co máte nárok? 28

Finanční příspěvky 28

Jestliže se vaše miminko narodilo mrtvé před ukončeným 22. týdnem těhotenství 29

Jestliže se vaše miminko narodilo mrtvé po ukončeném 22. týdnu těhotenství nebo se narodilo živé v jakékoli fázi těhotenství a pak zemřelo 29

Peněžitá pomoc v mateřství a rodičovský příspěvek 29

Dávka otcovské poporodní péče 30

Porodné 30

Pohřebné 30

NÁSLEDNÉ KONTROLY A SCHŮZKY 31

Kontrola po šestinedělí 31

Schůzka kvůli výsledkům pitvy 31

Rozbor výsledků pitvy 32

TÝDNY A MĚSÍCE PŘED VÁMI 33

DLOUHODOBĚJŠÍ VÝHLED 34

Vzpomínání na vaše miminko 35

Vzpomínkové zahrady 35

Zapalme svíčku 35

Tipy na vzpomínání 36

Den po dni 36