

# Když zemře miminko



*informace pro rodiče*

Vydáno i ve formě elektronické brožury, dostupné ke stažení na adrese [www.perinatalnihospic.cz](http://www.perinatalnihospic.cz) a [www.klicek.org](http://www.klicek.org).

Publikaci je dovoleno volně šířit, tisknout a kopírovat při zachování citačních pravidel.

Autorka: Lenka Pazdera, porodní asistentka  
Redakce, doplnění a ilustrace: Markéta Královcová  
Fotografie: Radek Pazdera

ISBN: 978-80-905881-2-7

Vydal Nadační fond Klíček



za finanční podpory  
České společnosti paliativní medicíny

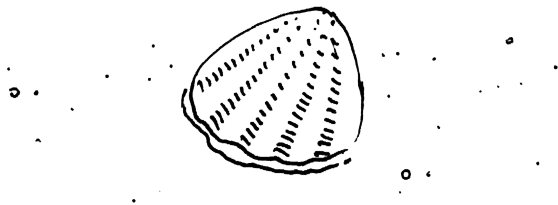


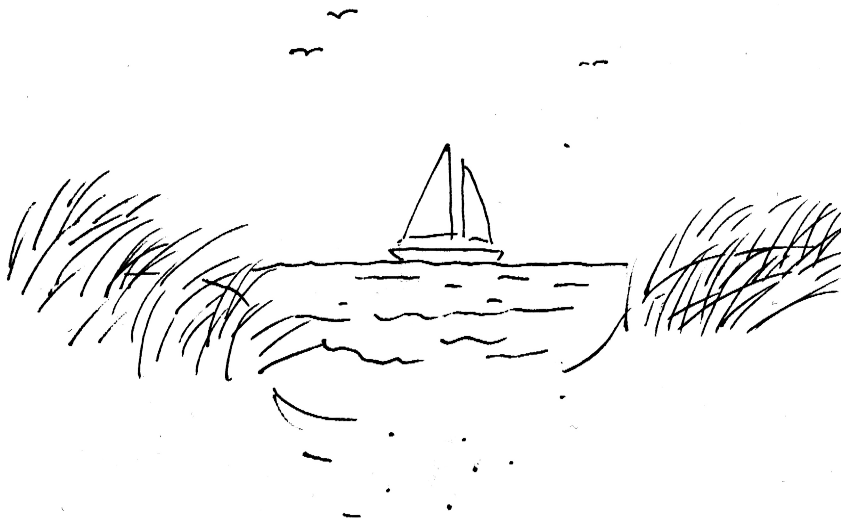
a Ligy proti rakovině



# Když zemře miminko

*Informace pro rodiče*





---

## OBSAH

<b>Úvod</b> .....	<b>3</b>
Co říci rodině a známým .....	3
<b>Vzpomínky</b> .....	<b>5</b>
Pojmenování miminka .....	5
Vidět děťátko, pochovat si je .....	6
Koupání a oblečení miminka .....	7
Pořízení fotografií .....	7
Pořízení otisku nožiček a ručiček .....	8
Další památky, které si lze na miminko uchovat .....	8
Vzpomínkový balíček .....	8
Rituály a obřady .....	9
<b>Praktické záležitosti</b> .....	<b>10</b>
Rodný a úmrtní list .....	10
<i>Doklady potřebné k vydání rodného listu</i> .....	11
<i>Doklady potřebné k vydání úmrtního listu</i> .....	12
Provedení pitvy .....	12
Vydání tělíčka .....	13
Pohřeb .....	13
Způsob pohřbení .....	14
Organizace pohřbu .....	14
<i>Pohřebné</i> .....	<i>14</i>
<b>Porodné, mateřská a rodičovská dovolená</b> .....	<b>15</b>
<i>Porodné</i> .....	15
<i>Mateřská dovolená</i> .....	15
<i>Rodičovská dovolená</i> .....	15
<i>Dočasná pracovní neschopnost</i> .....	15
<b>Emoční a fyzické projevy</b> .....	<b>16</b>
Emoce po úmrtí dítěte .....	16
Jak se mám o sebe v období truchlení správně starat? .....	17
Kdy vyhledat odbornou pomoc? .....	17
<b>Kde hledat pomoc</b> .....	<b>19</b>
<b>Použité zdroje, související zákony a předpisy</b> .....	<b>21</b>

---

## ÚVOD

Tato brožura vznikla za účelem pomoci pozůstalým rodičům v prvních dnech po úmrtí dítěte. Inspiraci v ní mohou najít i porodní asistentky a další zaměstnanci porodnic, nemocnic a hospiců, kde se s pozůstalými rodiči setkávají a kde hledají nové cesty, jak těmto rodičům pomoci. Brožurka obsahuje informace z následujících oblastí:

- **Praktické záležitosti, které je potřeba řešit**
- **Emoční a fyzické projevy smutku a truchlení po smrti dítěte**
- **Kde najít pomoc**

### **Je nám velmi líto, že Vaše miminko zemřelo.**

Životní okolnosti každého rodiče jsou jiné, každý prožívá úmrtí dítěte odlišně, truchlení a postupné vyrovnávání se s životní tragédií je zcela individuální. Často tato tragická událost zasáhne rodiče mnohem hlouběji, jejich smutek a bolest jsou mnohem silnější, než si jejich okolí připouští. Rodiče často popisují, že se jejich život obrátil vzhůru nohama. Pociťují mnoho emočních i tělesných reakcí. Zpočátku můžete být v šoku, ve stavu, kdy si nejste jisti, jestli se to všechno opravdu děje. Můžete pochybovat, ptát se, zda se lékaři nezmýlili. Někteří rodiče si kladou za vinu, co se stalo, mají pocit, že mohli situaci nějak předejít. Můžete cítit vztek, zoufalství, ptát se, proč se to stalo právě Vám, vinit okolí, zdravotníky, Boha, můžete cítit vztek vůči dítěti, ostatním rodičům, kteří mají zdravé děti. Všechny tyto reakce jsou normální, prožívali a prožívají je i další rodiče, jimž zemřelo děťátko.

Rodiče, jimž se narodila dvojčátka či vícčátka, z nichž jedno zemřelo, se ocitají v situaci, která je zvláštním způsobem svízelná. Pociťují velký smutek a bolest ze ztráty miminka a zároveň radost z narození dalšího děťátka nebo dětí. Situaci mnohdy komplikuje necitlivé chování lidí v okolí, kteří zlehčují závažnost úmrtí jednoho z dětí a pomyslně nepřiznávají pozůstalým rodičům nárok cítit bolest a truchlit po zemřelém miminku, v domnění, že je ztráta o něco snesitelnější, když se jim zároveň narodilo i miminko či miminka zdravá.

Mezi fyzické projevy, které můžete pociťovat, patří například bolest a tíha na hrudi, bušení srdce, nevolnost, nechutenství či naopak přejídání, nespavost, velké fyzické vyčerpání, uvědomují si svou bolestně prázdnou náruč.

Matčino tělo přitom reaguje stejně, jako po narození živého miminka: z dělohy odcházejí očišťky, v prsou se vytváří mléko. Čekání, až tvorba mléka přirozeně ustane, může být zdlouhavé a bolestivé. Lékař Vám může předepsat lék, který tvorbu mléka zastaví. Můžete mít porodní poranění, které někdy zůstává po zažití nějaký čas bolestivé, nebo jizvu po císařském řezu – v takovém případě je potřeba věnovat pozornost tomu, aby se rána dobře zhojila a také mít k dispozici léky tišící bolest, zejména v prvních dnech. Cenné informace a podporu můžete získat také od porodní asistentky, duly či laktační poradkyně.

### **Co říci rodině a známým?**

Jednou z nejbolestnějších věcí, jimž jako pozůstalí rodiče čelíte, je oznámení smutné zprávy rodině a přátelům. Často tento nelehký úkol plní partner. Několika málo lidem budete možná chtít zavolat hned, vzdálenější rodina a známí mohou počkat. Hovor můžete začít například slovy: „Je mi to moc líto, ale mám špatné zprávy,“ abyste tak předešli palbě dobře míněných, avšak pro Vás v tuto chvíli velmi bolestných otázek o miminku.

Až se rodina a známí dozvědí, co se stalo, budou v šoku a velmi pravděpodobně nebudou vědět, jak reagovat, co říci. Mohou Vám klást různé otázky, a pokud se miminko ještě nenarodilo, ptát se, zda se lékaři ve svých závěrech nezmýlili. Vězte, že v tuto chvíli nemusíte odpovídat na všechny otázky. Řekněte jim tolik, kolik právě dokážete a chcete říci, více jim můžete vysvětlit později. Pokud zprávu nechcete oznamovat sami, můžete požádat někoho blízkého, aby to udělal za Vás. Můžete se s ním domluvit, co konkrétně si přejete známým sdělit, a můžete jim také vzkázat, jakým způsobem Vás mohou kontaktovat. Někteří rodiče dávají přednost textové zprávě, emailu či dopisu před telefonátem.

## **VZPOMÍNKY**

Když odejde milovaná osoba, zůstane tu po ní mnoho společných vzpomínek a také věcí, které nám ji připomínají. Na děťátko, které zemřelo v období kolem narození, mívají ovšem rodiče vzpomínek jen velmi málo. Vytvoření vzpomínek a schování několika předmětů spojených s miminkem na památku pro Vás v budoucnu může být velmi cenné. Ačkoli se Vám to možná v tuto chvíli nejeví jako nejlepší nápad, mnozí rodiče s podobnou zkušeností s odstupem říkají, že jim vzpomínky, fotografie a předměty na památku velmi pomohly a pomáhají se s touto tragédií vyrovnat. Vzpomínky a drobné památeční předměty můžete také časem ukázat rodině či přátelům, a pomoci jim tak, aby lépe pochopili, jak moc pro Vás miminko a jeho památka znamená. Důležité je to samozřejmě i pro ostatní děti, které možná máte nebo se Vám třeba v budoucnu narodí.

Je mnoho věcí, které můžete udělat. Rozmyslete si, které z nich byste si přáli. S rozhodováním nespěchejte, můžete se také poradit s někým blízkým, kdo s Vámi tento čas prožívá.

### **Pojmenování miminka**

Mnoho rodičů si přeje děťátko pojmenovat a stvrdit tak jeho jedinečnost. Pro některé rodiče a jejich okolí je také snazší o děťátku mluvit, když má jméno. Někteří rodiče používají pro miminko přezdívku, kterou ho oslovovali v těhotenství, někteří rodiče dají miminku jméno, které pro ně dříve vybrali, někteří rodiče zvolí jméno úplně jiné a někteří rodiče děťátko nepojmenují. Když se miminko narodí velmi předčasně, někdy nemusí být jasné, zda je to chlapeček nebo holčička. Někteří rodiče si přejí s pojmenováním miminka počkat, až lékař určí, jakého je miminko pohlaví, nebo s pojmenováním čekají na výsledek pitvy. Jiní rodiče sami určí, zda je miminko chlapeček nebo holčička na základě své intuice, a někteří rodiče vyberou miminku jméno, které je možné použít pro obě pohlaví.



## **Vidět děťátko, pochovat si je**

Mnoho rodičů zpočátku možnost vidět a držet své zemřelé děťátko v náručí odmítne, připadá jim to nepatřičné a někdy i děsivé, zejména tehdy, když předtím ještě nikdy zemřelého člověka neviděli. Pro mnohé rodiče je ale později v životě setkání s miminkem tou nejcennější vzpomínkou a zkušeností, které by se za nic na světě nevzdali. Je dobře, když máte v této době nablízku někoho, kdo Vás může podpořit, povzbudit, o koho se můžete opřít – ať už je to někdo z personálu nemocnice, nebo někdo, koho si přivoláte (např. další člen rodiny, někdo z blízkých přátel, dula, někdo ze zaměstnanců dětského hospice nebo třeba někdo z Vaší církevní nebo jiné komunity). Pokud si přejete děťátko vidět, i když Vám tuto možnost zdravotníci nenabídlí, sdělte to porodní asistentce nebo sestřičce, která o Vás pečuje. Pokud máte strach se na miminko podívat, protože se obáváte toho, jak mrtvé miminko vypadá, můžete poprosit porodní asistentku nebo sestřičku, aby Vám miminko popsala, nebo aby děťátko vyfotila a fotku Vám ukázala.

Na kůži miminka, které zemřelo a zůstalo delší dobu v plodové vodě, se mohou projevit změny a může vypadat jinak, než jste si jej představovali. Pokud máte strach miminko vidět celé, porodní asistentka je může zabalit a ukázat Vám třeba jen nožičku nebo ručičku.

Někteří rodiče se rozhodnou, že miminko vidět nechtějí. Někdy chce děťátko vidět jen jeden z rodičů. Rozhodnutí je individuální a záleží zcela na Vás. Udělejte to, co Vám připadá správné.

Pokud jste se nejprve rozhodli, že miminko vidět nechcete, ale změnili jste názor, řekněte o tom svému ošetřujícímu personálu. Jste-li už doma, zkuste do nemocnice zavolat a zeptat se, zda by bylo možné setkání zařídit. Někteří rodiče se rozhodnou dopřát si na rozloučení se svým děťátkem více času – někdy i proto, aby se s miminkem mohli přijít rozloučit třeba i jeho prarodiče nebo sourozenci; pokud porodnice nenabízí samostatný pokoj, kde byste mohli nějaký den setrvat a kde by mohlo být tělíčko Vašeho děťátka na speciální chladicí podložce s Vámi (ať už po celou dobu nebo vždy na chvíli podle Vašeho přání), můžete se domluvit na tom, že si tělíčko odvezete domů nebo

třeba do hospicového zařízení (*chladicí podložka s malou postýlkou / košíkem, označovaná např. jako “cuddle-cot”, se dá zapůjčit; v době vydání této brožurky ji k zapůjčení nabízí Nadační fond Klíček*). Při svém rozhodování se můžete poradit s lidmi, kteří mají s podobnou podporou rodičů již zkušenosti (viz oddíl *Kde hledat pomoc* na str. 18).

## **Koupání a oblečení miminka**

Můžete si přát miminko vykoupat a obléci nebo jen obléci do oblečků, které jste si pro ně do porodnice přinesli, případně použít nemocniční košilku, zabalit miminko do látkové plenky, zavinovačky nebo dečky. Záleží na Vás a také na tom, jak je miminko velké a na stavu tělíčka. S vykoupaním a oblečením miminka Vám může pomoci také sestřička nebo porodní asistentka.

## **Pořízení fotografií**

Děťátko si můžete vyfotit – buď sami, nebo o to můžete požádat někoho ze svých blízkých či někoho z personálu. Pokud si nejste jisti, zda fotografie vůbec chcete, můžete někoho požádat, aby miminko vyfotil a fotografie pro Vás uschoval pro případ, že byste se později rozmysleli. Fotografie tak budou moci zůstat v bezpečné úschově do doby, než budete připraveni se na ně podívat. Je také možné na základě individuální domluvy přizvat profesionálního fotografa – někteří nabízejí rodičům v této situaci své služby zcela zdarma, kontakty na některé z nich je možno nalézt např. na stránkách *perinatalnihospic.cz* v sekci *Andělský fotograf*.

Někteří rodiče chtějí společné fotky s miminkem, někdy i se staršími sourozenci nebo dalšími členy rodiny. Pokud se Vám narodila dvojčátka nebo vícčátka, z nichž některé zemřelo, můžete sourozence vyfotit společně. Pro pozůstalého sourozence může být časem taková vzpomínka velmi cenná.



## **Pořízení otisku nožiček a ručiček**

Na památku si můžete pořídit také otisk ručiček a nožiček svého miminka. Otisk si můžete schovat nebo si jej vystavit, třeba společně s fotkou miminka či rodinnou fotografií. Otisky buď můžete pořídit Vy sami, nebo můžete poprosit porodní asistentku nebo sestřičku, aby Vám s nimi pomohla. V některých nemocnicích mají pro vyhotovení otisků pro každé miminko připravené kartičky a barvy. Pokud jste tuto brožurku dostali jako součást Vzpomínkového balíčku, najdete v něm také sadu na pořízení otisků.

## **Další památky, které si lze na miminko uchovat**

- **Pramínek vlasů**
- **Identifikační náramek z nemocnice**
- **Těhotenská průkazka**
- **Snímky z ultrazvuku**
- **Dopis nebo deníček se vzkazy, básničky pro miminko**
- **Přikrývka**
- **Kopie části záznamu srdíčka dítěte (CTG)**
- **Pupečníková svorka**
- **Oblečky, které mělo miminko na sobě nebo které jste pro ně připravili**
- **Hračky, které jste pro miminko koupili**

## **Vzpomínkový balíček**

Vzpomínkový balíček Vám může pomoci vytvořit si na miminko vzpomínky. Jeho součástí bývají různé předměty, které si můžete nechat na památku. Vzpomínkové balíčky se mohou lišit podle toho, kdo je připravuje, zpravidla obsahují některé z následujících předmětů:

Malé plyšové medvídky, svíčku, krabičku a sáček na vlásy miminka, obálku se vzpomínkovým listem, drobnou květinu nebo srdíčko na památku, obálku na uschování snímků z ultrazvuku, sadu na vytvoření otisků nožiček a ručiček.

Rodiče si mohou přát předměty z balíčku využít různě. Pokud jsou v balíčku dva stejní medvídci, někteří rodiče nechají jednoho z nich s miminkem a jednoho si nechají na památku. Někteří rodiče si každý nechají jednoho medvídka. Medvídky je možné třeba na chvílku posadit do postýlky, ve které miminko leží, nebo je zabalit do zavinovačky společně s miminkem – některým rodičům pomáhá, když vědí, že byl medvídek ve fyzické blízkosti jejich miminka a je poté pro ně fyzicky uchopitelnou vzpomínkou na děťátko. Ne všichni rodiče si však takovou vzpomínku přejí a je důležité, abyste udělali to, co pro sebe považujete za správné a přirozené.

Sada na pořízení otisků nožiček a ručiček vždy obsahuje alespoň dva papíry, aby bylo možné pořídit dvojce otisky. Někteří rodiče si přejí k otiskům svého miminka otisknout i vlastní prst nebo část ruky, aby vznikl rodinný otisk na památku.

Může se stát, že se rodiče na vzpomínkové předměty, fotky, otisky nedokáží několik týdnů, měsíců a někdy i let podívat, a třeba někoho poprosí, aby jim tyto předměty uschoval. Někteří rodiče naopak na děťátko chtějí vzpomínat každý den a mají vzpomínkové předměty nebo fotky miminka stále na očích. Každý člověk prožívá truchlení jinak, neexistuje pro ně žádný jednoduchý ani jednotný návod.

## **Rituály a obřady**

Různé kultury a náboženství mívají s narozením i se smrtí spojeny určité rituály. Záleží na Vás a na Vaší víře, jaký obřad či rituál byste si pro své miminko přáli. Každá nemocnice by měla mít seznam kontaktů na zástupce různých náboženství či církví – setkání s nimi si můžete domluvit sami, nebo o to požádat někoho z personálu. Za miminko je možné se společně s duchovním pomodlit, sloužit za ně mši nebo mu uspořádat takový pohřeb, jaký je pro příslušné náboženství tradiční. I v rámci tradic bývá ale prostor pro Vaše individuální představy a přání. Někteří rodiče se na rozloučenou s miminkem rozhodnou vypustit lodičku po vodě nebo třeba vypustit do nebe balónek, někdy připojí také vzkaz nebo dopis pro miminko (viz také oddíl *Pohřeb* na str. 13).

---

## **PRAKTICKÉ ZÁLEŽITOSTI**

### **Rodný a úmrtní list**

Pokud miminko zemřelo po porodu, bude mu matrikou vystaven rodný list a také list úmrtní na základě listu o prohlídce zemřelého, který vyplňuje lékař. Podklady pro vystavení rodného i úmrtního listu zasílá na matriku nemocnice, kde se miminko narodilo či zemřelo. Pokud miminko zemřelo před narozením, matrika vystaví na základě lékařské dokumentace rodný list, ve kterém bude uvedeno, že se děťátko narodilo mrtvé. Pokud narození miminka nespadá do zákonné definice porodu, rodný ani úmrtní list se nevystavuje. Porodní asistentka nebo sestřička Vám může vypsát Vzpomínkový list, který je součástí Vzpomínkového balíčku, nebo si jej můžete sami vytisknout a vyplnit. Nejedná se o oficiální dokument, ale o list na památku; vzor najdete i na webu na adrese [perinatalnihospic.cz/vzpominkove-balicky](http://perinatalnihospic.cz/vzpominkove-balicky).

Podle zákona se narozením živého dítěte rozumí, pokud dítě po narození jevílo některou ze známek života bez ohledu na délku trvání těhotenství (dech, srdeční činnost, pulzace pupečnicku, pohyb svalstva). Porodem mrtvého dítěte se rozumí, pokud se dítě narodilo bez známek života a vážilo více než 500 gramů nebo bylo těhotenství starší 22 týdnů (jestliže dítě není možné zvážit).

Je samozřejmé, že pro Vás jako rodiče se jedná o tragickou ztrátu dítěte bez ohledu na zákonné definice. Existence zákonných definic neznamená, že by hodnota života a tragičnost úmrtí děťátka byla v některých případech menší či větší. Zákonné definice mají vliv na další práva a povinnosti spojené s narozením mrtvého miminka, jako je registrace na matrice, přiznání rodičovského příspěvku či vypravení pohřbu a možnost uplatnit nárok na pohřebné.

### **DOKLADY POTŘEBNÉ K VYDÁNÍ RODNÉHO LISTU**

- Hlášení o narození dítěte (předá porodnice přímo matrice)
- Doklad totožnosti rodičů (OP, pas, u cizinců povolení k pobytu)
- Oddací list pokud jsou rodiče sezdání
- Prohlášení o jménu a příjmení dítěte (pokud se rodiče rozhodnou dítě pojmenovat)
- Pokud miminko zemřelo před narozením a rodiče nejsou sezdání, otcovství se nezapisuje.

Pokud se miminko narodilo živé a později zemřelo, je potřeba matrice předložit k výše uvedeným i následující dokumenty:

*Pokud se dítě narodilo mimo manželství a otec není znám:*

- rodný list matky,
- prohlášení o jménu a příjmení dítěte,
- rozsudek o rozvodu manželství (pokud je matka rozvedená),
- úmrtní list manžela (pokud je ovdovělá).

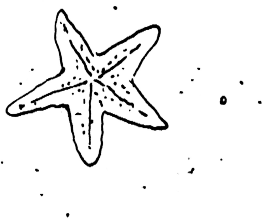
*Pokud se dítě narodilo mimo manželství a bylo určeno otcovství:*

- prohlášení o určení otcovství, případně rozhodnutí soudu o určení otcovství,
- rodné listy obou rodičů.

*Pokud se dítě narodilo z umělého oplodnění:*

- písemný souhlas muže, který dal k umělému oplodnění souhlas, potvrzený poskytovatelem zdravotních služeb.

Zákonná lhůta pro vydání rodného listu je 30 dnů. Rodný list mohou na matrice vyzvednout rodiče dítěte, prarodiče nebo sourozenci, případně zmocněnec na základě úředně ověřené plné moci, nebo může být rodný list zaslán doporučeně do vlastních rukou na adresu rodičů (matky).



## **DOKLADY POTŘEBNÉ K VYDÁNÍ ÚMRTNÍHO LISTU**

- List o prohlídce zemřelého (předá nemocnice přímo matrice)
- Průkaz totožnosti osoby, která žádá o vydání úmrtního listu
- Rodný list dítěte
- Faktura – doklad o zaplacení pohřbu

Pokud se rozhodnete děťátku vypravit pohřeb, může vystavení úmrtního listu vyřídit také pohřební služba.

## **Provedení pitvy**

Dle zákona o zdravotních službách se pitva provádí u všech mrtvě narozených dětí, dětí zemřelých do 18 let věku a u plodů z uměle ukončených těhotenství, pokud bylo těhotenství ukončeno z genetické indikace nebo z důvodu vrozené vady plodu. Lékař, který ohledá tělo, může rozhodnout o neprovedení pitvy, pokud je příčina smrti zřejmá nebo pokud si rodiče pitvu výslovně nepřejí. Pokud si pitvu výslovně nepřejete, sdělte tuto informaci ošetřujícímu lékaři, který musí Váš nesouhlas zapsat do zdravotnické dokumentace; u mrtvě narozených dětí se nesouhlas zapisuje do zdravotnické dokumentace matky. V každém případě je třeba, aby byl nesouhlas zdokumentován písemnou formou. Pokud dítě zemřelo až po narození a okolnosti smrti nejsou jasné, bude provedena tzv. zdravotní pitva, kterou vykonává soudní lékař. I od zdravotní pitvy může poskytovatel provádějící pitvu upustit, pokud se příčina smrti prokáže jako zřejmá při dodatečném odborném posouzení.

Zdravotníci, kteří o Vás pečují, by Vám měli o provádění pitvy poskytnout dostatek informací, abyste se mohli poučeně a zodpovědně rozhodnout. Pitva může objasnit příčinu úmrtí dítěte a v některých případech mohou mít informace, které se při ní získají, klinický význam pro další těhotenství. Ne vždy ale pitva příčinu úmrtí odhalí.



## **Vydání tělíčka**

Pokud Vaše miminko zemřelo až po narození nebo se narodilo mrtvé a jeho narození spadá do zákonné definice porodu, máte právo si tělíčko vyžádat k vypravení pohřbu ve lhůtě čtyř dnů (96 hodin). Zdravotníci by Vás měli o možnosti vypravit miminku pohřeb i o zákonné lhůtě na učinění rozhodnutí informovat. Vypravení pohřbu je ze zákona povinné. Pokud jej nevypraví rodiče, musí jej zařídit obec, ve které dítě zemřelo.

Pokud narození Vašeho děťátka nespadá do zákonné definice porodu, je děťátko ze zákona považováno za potrácený plod, tedy tzv. “jiný lidský pozůstatek”. Tělíčko si můžete vyžádat k pohřbení ve lhůtě 96 hodin. Pokud si rodiče o vydání tělíčka nepožádají, poskytovatel zdravotní péče zajistí jeho zpopelnění v krematoriu. Tělíčka se zpopelňují odděleně od jiného biologického materiálu.

Některé nemocnice mají uzavřenou smlouvu s neziskovou organizací Tobit, která se souhlasem rodičů může tělíčko převzít a vypravení pohřbu zajistit.

Pokud si pohřeb vypravit nepřejete, ale později budete chtít vědět, jak bylo s tělíčkem naloženo, nemocnice by Vám tuto informaci měla na vyžádání poskytnout.

## **Pohřeb**

Někteří rodiče si přejí svému děťátku vypravit pohřeb. Vypravení pohřbu je v naší společnosti rituálem, který rodině umožní rozloučení s milovanou osobou a pro mnohé rodiče je právě pohřeb velmi důležitou součástí uctění památky dítěte, stvrzením jeho krátkého pozemského bytí. Některí rodiče se rozhodnou pohřeb nevypravit, ale třeba zvolí jinou formu rozloučení, jako je vypuštění lodičky po vodě či balonku do nebe. Některí rodiče se rozhodnou postavit děťátku pomníček na místě, které mají rádi, někteří zasadí květinu či strom. Záleží zcela na Vás, co si přejete a považujete za správné. Rozloučení s děťátkem je důležitý rituál, který pomáhá na cestě vyrovnávání se s touto těžkou životní událostí.

---



## **ZPŮSOB POHŘBENÍ**

V České republice jsou podle zákona o pohřebnictví možné dva způsoby pohřbení: buď uložení lidských pozůstatků do hrobu nebo hrobky na pohřebišti, nebo jejich zpopelnění v krematoriu. Popel lze pak buď uložit na hřbitově, ale je také možné si jej odnést domů, postavit například pomníček na vlastním pozemku, nebo popel rozptýlit na Vámi vybraném místě (se souhlasem majitele, jedná-li se o soukromý pozemek).

## **ORGANIZACE POHŘBU**

Pro vypravení pohřbu je potřeba kontaktovat Vámi vybranou pohřební službu, která na základě vydaných dokladů a uzavřené smlouvy s Vámi pohřeb podle Vašich představ zajistí. Se zaměstnanci vybrané pohřební služby pak můžete konzultovat podrobnosti kolem pohřbu a domluvit se na tom, co byste si rádi objednali u nich a co byste si rádi zařídili a připravili sami, ať už jde o smuteční oznámení, hudbu, podobu a místo obřadu a podobně.

## **DOKLADY POTŘEBNÉ K VYPRAVENÍ POHŘBU:**

- Doklad totožnosti objednatele pohřbu
- Rodný list dítěte – pokud je k dispozici.
- Pohřební služba převezme z nemocnice tělíčko k pohřbení i na základě Listu o prohlídce zemřelého nebo písemného potvrzení poskytovatele zdravotních služeb o potratu.

## **POHŘEBNÉ**

Při vypravení pohřbu nezaopatřenému dítěti vzniká ze zákona nárok na pohřebné, jehož současná výše činí 5.000 Kč. Nárok na pohřebné můžete uplatnit po dobu jednoho roku od pohřbení dítěte. K žádosti o pohřebné je potřeba vyplnit k tomu určený formulář a předložit úmrtní list dítěte (v případě mrtvě narozeného dítěte rodný list) a fakturu za pohřeb.

## **Porodné, mateřská a rodičovská dovolená**

### ***PORODNÉ***

Porodné mohou rodiče žádat pouze tehdy, pokud se dítě narodilo živé. U mrtvě narozeného dítěte nárok na porodné nevzniká. Porodné se uděluje pouze na první a druhé živě narozené dítě, a to pouze v případě, že příjmy rodiny nejsou vyšší než 2,7 násobek životního minima. Současná výše porodného činí 13 000 Kč na první dítě a 10 000 Kč na druhé dítě.

### ***MATEŘSKÁ DOVOLENÁ***

Ze zákona má žena nárok na 28 týdnů mateřské dovolené, 37 týdnů v případě narození víceračat. Pokud se dítě narodilo mrtvé, má žena nárok na 14 týdnů mateřské dovolené. Celkově mateřská dovolená nesmí být kratší než 14 týdnů a nesmí skončit dříve než za 6 týdnů ode dne narození dítěte. Pokud dítě zemře v průběhu čerpání mateřské dovolené, má matka nárok ještě na dva týdny mateřské dovolené ode dne úmrtí dítěte.

### ***RODIČOVSKÁ DOVOLENÁ***

Obecně matce náleží rodičovská dovolená ode dne skončení mateřské dovolené a otci ode dne narození dítěte pokud o ni požádají. Pokud dítě v průběhu čerpání rodičovské dovolené zemře, rodičovská dovolená náleží rodiči ještě dva týdny po úmrtí dítěte, nejdéle do dne, kdy by dítě dosáhlo věku jednoho roku.

### ***DOČASNÁ PRACOVNÍ NESCHOPNOST***

Pokud narození miminka spadá do zákonné definice potratu, nárok na mateřskou ani rodičovskou dovolenou nevzniká. Lékař (gynekolog, případně praktický lékař) Vám však může vystavit potvrzení o dočasné pracovní neschopnosti.



## **EMOČNÍ A FYZICKÉ PROJEVY**

Tato část brožury se věnuje některým emočním a fyzickým projevům, které můžete po smrti dítěte prožívat. Také vysvětluje, kdy je vhodné a potřebné vyhledat pomoc a naleznete zde rovněž několik užitečných odkazů na organizace, které můžete v případě potřeby kontaktovat.

Vy i Vaše rodina budete potřebovat na truchlení dostatek času. Je důležité vědět, že ženy a muži mohou truchlit odlišně. Reakce na ztrátu dítěte je velmi osobním prožitkem, který je pro každého člověka jiný a trvá u každého jinak dlouho. Pro některé rodiče je tato těžká doba zároveň spojená s velmi intenzívním duchovním prožíváním, v němž kromě bolesti nalézají i zdroje nové naděje.

### **Emoce po úmrtí dítěte**

Po ztrátě dítěte můžete prožívat některé z následujících emocí:

- Můžete cítit všeprostupující pocit ztráty a smutku. Některým lidem události kolem smrti připadají neskutečné, popisují pocit prázdnoty a citové strnulosti a nemohou plakat ani projevit jiné emoce.
- Někdy rodiče litují, že během těhotenství neudělali něco jinak. Mohou cítit vinu a vyčítat si, že některé věci způsobili, a jiné naopak neudělali.
- Mezi přirozené reakce patří mít vztek a cítit hněv v souvislosti s okolnostmi smrti dítěte, mít vztek na pocíťovanou nespravedlnost, mít vztek, protože lidé kolem nerozumí situaci, ve které se nacházíte.
- Některí rodiče chtějí o svém dítěti mluvit. Přejí si, aby o dítěti lidé kolem nich věděli a nacházejí v tom útěchu. Pro jiné může být mluvení o dítěti a o tom, co prožívají, velmi těžké. Můžete zažívat obojí. I to je normální.
- Ztráta dítěte mnohdy u rodičů vyvolává otázky po smyslu života a smrti. Někdy se stále znovu a znovu vracíte k okolnostem úmrtí svého dítěte, často zápasíte s otázkou "Proč se to stalo?" a "Proč se to stalo právě mně?"

- Po smrti dítěte můžete také prožívat širokou škálu různých fyzických reakcí. Více se to projevuje u žen, vzhledem k hormonálním změnám, které v jejich těle probíhají během těhotenství. Nejčastěji se jedná o únavu, problémy se spánkem a jídlem, poruchy soustředění, problémy s pamětí a rozhodováním. Někteří rodiče prožívají strnulost, lokalizovanou bolest, bolesti hlavy a závratě. Jiní popisují pocity paniky, která se projevuje dušností, pocením, třesem nebo mravenčením.

### **Jak se mám o sebe v období truchlení správně starat?**

- Truchlení a smutek jsou přirozenou reakcí na ztrátu a lidé se se ztrátou vyrovnávají velmi různě.
- Je na místě se o sebe v tomto těžkém období dobře starat, zdravě jíst a mít pokud možno zaběhlou rytmus spánku, cvičení a relaxace. Pro mnoho rodičů je důležitá modlitba.
- Některým lidem pomáhá mluvit s rodinou a přáteli, jiní využívají podpůrných skupin nebo vyhledají profesionální pomoc (poradce v truchlení, psychologa, duchovního). Pro někoho jde o velmi osobní a intimní zkušenost, kterou nemá potřebu sdílet s nikým cizím. Je také na Vás, kde se rozhodnete pobývat – zda doma, nebo zda někam (třeba s partnerem) vyrazíte.
- Některým rodičům pomáhá vést si deník, jiní třeba píší básně nebo dopisy, někomu pomáhá hudba. Někdo nachází útěchu, posilu a povzbuzení v knihách, které popisují zkušenosti jiných lidí se ztrátou někoho blízkého a s truchlením.



### **Kdy vyhledat odbornou pomoc?**

Možná budete chtít vyhledat odbornou pomoc, pokud:

- Potřebujete si s někým povídat, ale nemáte kolem sebe nikoho, s kým byste chtěli nebo mohli své myšlenky a pocity sdílet.
- Prožíváte ochromení a depresi.
- I po delší době máte stále problémy se soustředěním a rozhodováním.
- Stále více spoléháte na léky, drogy nebo alkohol.

- Dlouhodobě máte potíže se spánkem a nemůžete jíst.
- Pomýšlíte na sebevraždu.
- I po delší době se stále vyhýbáte místům a lidem, kteří Vám připomínají Vaše dítě a těhotenství.
- I po delší době musíte na zesnulé dítě neustále myslet a stále se Vám o něm zdá.



## Kde hledat pomoc

- **Porodní asistentka**

Unie porodních asistentek [www.unipa.cz](http://www.unipa.cz)

Česká komora porodních asistentek [www.ckpa.cz](http://www.ckpa.cz)

- **Dula**

Česká asociace dul [www.duly.cz](http://www.duly.cz)

České duly [www.mojedula.cz](http://www.mojedula.cz)

- **Praktický lékař**

- **Psychologická poradna ve Vašem okolí**

- **Poradce pro pozůstalé**

– může působit například v místní nemocnici nebo hospici

- **Perinatální hospic**

 [perinatalhospic.cz](http://perinatalhospic.cz)

V sekci Kde hledat pomoc jsou k nalezení aktuální kontakty na profesionály a organizace nabízející pomoc.

- **Prázdná kolébka**

  
**PRAZDNÁ KOLÉBKA**  
projekt v rámci občanského sdružení Dlouhá cesta

Podpora a pomoc rodičům, kterým zemřelo miminko před porodem nebo krátce po něm. <http://www.prazdnakolebka.cz/>

- **Dlouhá cesta, z. s.**

  
**DLOUHÁ CESTA**  
Pomoc pro všechny, kteří přišli s námi

Seznam kontaktů na poradce:  
[www.dlouhacesta.cz/kontakty-a-informace](http://www.dlouhacesta.cz/kontakty-a-informace)

- **Tobit, z. s.**

  
...se jmenuje, vstává, žije a poutá si jmenem náš.  
1988-27

Poradenství a pomoc s přípravou pohřbu dětí zemřelých před narozením: <http://tobit.cz/>

- **Nadační fond Klíček**



Nadační fond Klíček nabízí mj. individuální pomoc a podporu rodinám vážně nemocných a hospitalizovaných dětí i rodinám po ztrátě dítěte – v době kolem úmrtí i v dlouhodobějším horizontu. V posázavských Malejovicích provozuje první dům dětského hospice, kam přijíždějí na zotavenou i pozůstalí rodiče, prarodiče a sourozenci.  
<http://www.klicek.org>

- **Online sdílení a pomoc**

<http://www.nenarozenemiminko.cz/>

<http://www.anjeliky.sk/>

- **Krizové linky**

(zaměření těchto linek je obecné, není specifické pro úmrtí dítěte)

KRIZOVÁ POMOC

<http://www.krizova-pomoc.cz/kontakty/seznam-linek-duvery-pro-celoupopulaci/>

BÍLÝ KRUH BEZPEČÍ

<https://www.bkb.cz/>

Pomoc obětem trestných činů a domácího násilí.

Bezplatná nonstop telefonní linka 116 006.



## **POUŽITÉ ZDROJE**

When a Baby Dies Booklet, Barts Health NHS Trust – s laskavým svolením autora brožury (Pregnancy Loss Group Barts Health) byly některé pasáže přeloženy, upraveny pro české prostředí a použity v této brožuře.

Další inspirací pro vznik tohoto materiálu byly brožury charity Sands UK. <https://www.sands.org.uk/>

## **SOUVISEJÍCÍ ZÁKONY A PŘEDPISY**

Zákon č. 89/2012 Sb. Občanský zákoník

Zákon č. 193/2017 Sb., kterým se mění zákon č. 256/2001 Sb., o pohřebnictví a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů, a další související zákony

Zákon č. 256/2001 Sb. O pohřebnictví a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 262/2006 Sb. Zákoník práce

Vyhláška č. 297/2012 Sb. Vyhláška o náležitostech Listu o prohlídce zemřelého, způsobu jeho vyplňování a předávání místům určení, a o náležitostech hlášení ukončení těhotenství porodem mrtvého dítěte, o úmrtí dítěte a hlášení o úmrtí matky (vyhláška o Listu o prohlídce zemřelého)

Zákon č. 301/2000 Sb. O matrikách, jménu a příjmení a o změně některých souvisejících zákonů a Vyhláška č. 207/2001 Ministerstva vnitra, kterou se provádí zákon č. 301/2000 Sb., o matrikách, jménu a příjmení a o změně některých souvisejících zákonů

Zákon č. 372/2011 Sb. O zdravotních službách a jejich poskytování

Zákon č. 500/2004 Sb. O správním řízení (správní řád)

Závazné pokyny Ústavu zdravotnických informací a statistiky – národní registr novorozenců



## **Upozornění:**

Aktualizováno podle změn zákona o pohřebnictví účinného od 1. 9. 2017. Pokud se Vám tento materiál do rukou dostává výrazně později, doporučujeme ověřit na níže uvedené adrese, zda není k dispozici aktuálnější verze.

Při případných nejasnostech ohledně nároku a výše sociálních dávek je třeba se obrátit na Úřad práce.

V případě nejasností ohledně interpretace právních norem je nutno vycházet z původního znění příslušných zákonů a vyhlášek.

Vydáno i ve formě elektronické brožury, dostupné ke stažení na adrese *www.perinatalnihospic.cz* a *www.klicek.org*.

Publikaci je dovoleno volně šířit, tisknout a kopírovat při zachování citačních pravidel.

Autorka: Lenka Pazdera, porodní asistentka  
Redakce, doplnění a ilustrace: Markéta Královcová  
Fotografie: Radek Pazdera

V roce 2018 vydal Nadační fond Klíček  
za finanční podpory  
České společnosti paliativní medicíny  
a Ligy proti rakovině

ISBN: 978-80-905881-2-7

---

V roce 2018 vydal Nadační fond Klíček



za finanční podpory  
České společnosti paliativní medicíny



a Ligy proti rakovině



ISBN: 978-80-905881-2-7