

## POTRZEBUJESZ POMOCY?

**Dowiedziałas się że nosisz pod sercem chore dziecko?  
Zastanawiasz się nad aborcją?**

- Poznaj ofertę **hospicjów perinatalnych**. To tam znajdziesz wsparcie dedykowane kobietom, które otrzymały niepomyślną diagnozę odnośnie swojego nienarodzonego dziecka.
- Opieka nad matką i nienarodzonym dzieckiem, u którego zdiagnozowano poważną chorobę, to dziedzina, która w Polsce dopiero się rozwija. Jej warunki mogą się różnić w zależności od regionu i czasu. Dlatego nie zniechęcaj się i szukaj najbardziej aktualnych informacji dotyczących możliwości uzyskania wsparcia i perspektyw dalszego postępowania.
- Nie jesteś sama. Kobiet, które przeżywają podobne sytuacje jest więcej niż myślisz. Być może jeśli je poznasz lub przeczytasz ich historię poczujesz się lepiej. Adresy miejsc gdzie znajdziesz wsparcie są na: [www.kananejka.pl](http://www.kananejka.pl)
- Nie podejmuj pochopnych decyzji. Zbierz spokojnie informacje na temat Waszej sytuacji i daj sobie czas na podjęcie w pełni świadomej decyzji odnośnie przebiegu ciąży.
- Przydatne informacje znajdziesz na stronach: Krakowskiego Hospicjum dla Dzieci im. ks. Józefa Tischnera: [www.hospicjumtischnera.org](http://www.hospicjumtischnera.org)  
Fundacji Gajusz: [gajusz.org.pl](http://gajusz.org.pl)  
Poradni Bioetycznej: [www.poradniabioetyczna.pl](http://www.poradniabioetyczna.pl)
- Porozmawiaj z księdzem. Nawet jeśli jesteś teraz daleko od Boga możesz porozmawiać z nim o kwestiach moralnych oraz poprosić o wsparcie duchowe i modlitwę.

### Jaki rodzaj wsparcia oferuje hospicjum perinatalne?

- możliwość przedyskutowania ze specjalistami sytuacji dziecka i dostępnych rozwiązań,
- wsparcie w podejmowaniu decyzji w oparciu o świadome rozeznanie możliwych opcji, bez presji czasu i z zadbaniami o emocje,
- opiekę zespołu hospicjum perinatalnego przez cały czas trwania ciąży i po porodzie, a także po śmierci dziecka,
- konsultacje z lekarzem hospicjum perinatalnego,
- wsparcie psychologiczne dla rodziców, rodzeństwa i bliskich,
- pełne przygotowanie do porodu we współpracy z wybranym wspólnie z rodzicami oddziałem położniczym,
- opracowanie planu porodu z uwzględnieniem sytuacji dziecka i preferencji rodziców,
- możliwość przyjęcia dziecka do hospicjum domowego, jeśli po porodzie zostaje ono wypisane do domu,
- indywidualne i grupowe wsparcie psychologiczne po śmierci dziecka.

**Jeśli jesteś lekarzem** i przekazujesz rodzicom niepomyślne informacje o chorobie dziecka w tonie matki, poinformuj o obydwu możliwych opcjach. Oprócz aborcji istnieje możliwość uzyskania kompleksowego wsparcia hospicjum perinatalnego. Przekaż rodzicom informację, że nie muszą od razu podejmować decyzji o współpracy z hospicjum. Mogą umówić się na niezobowiązujące spotkanie w celu przedyskutowania sytuacji i swoich wyborów.

## MOŻESZ POMÓC!

**Jeśli w Twoim otoczeniu są rodzice oczekujący narodzin nieuleczalnie chorego dziecka – nie bądź obojętny.  
Twoja reakcja jest ważna. Oto kilka sugestii co możesz zrobić.**

- Upewnij się czy mają oni wsparcie hospicjum perinatalnego (czyli sprawującego opiekę nad rodziną spodziewającą się narodzin nieuleczalnie chorego dziecka) lub czy wiedzą o możliwości skorzystania z niego. Jeśli trzeba, przekaz namiar na hospicjum perinatalne.
- Uszanuj świadomą decyzję rodziców o kontynuacji ciąży. Rodzice mają prawo nie chcieć tłumaczyć jej nieustannie.
- Bądź w gotowości do kontaktu i rozmowy. Możesz się obawiać spotkania i rozmowy na trudny temat, ale pamiętaj, że rodzice też są pełni obaw i może być im trudno uczynić pierwszy krok.
- Jeśli nie jesteś pewien, czy rodzice chcą rozmawiać o swoim dziecku i radzeniu sobie z sytuacją, możesz zapytać wprost „Czy chcesz, żebyśmy porozmawiali?”. Uszanuj każdy rodzaj odpowiedzi. Nawet jeśli nie będą potrzebowali rozmowy, będzie to ważny gest w ich kierunku.
- Szukaj różnych sposobów zapewnienia o tym, że jesteś myślami przy rodzicach i ich dziecku. Możliwe, że dobrym pomysłem będzie wystanie smsa czy emaila ze słowami otuchy.
- Pamiętaj, że rodzice mogą potrzebować doświadczenia normalności i podtrzymania dotychczasowego kontaktu między wami. Jeśli będą chcieli rozmawiać o chorobie dziecka, po prostu słuchaj. Gotowość do nieocenianego słuchania może być najcenniejszym wsparciem, jakie możesz zaoferować.
- Szukaj konkretnych działań, które mogą odciążyć rodziców w kryzysie. Możliwe, że przyniesie im ulgę, gdy przeprowadzisz ze szkoły starsze rodzeństwo, zrobisz zakupy albo upieczesz ulubione ciasto.
- Pamiętaj że czas ciąży może okazać się jedynym, który daje możliwość tworzenia wspólnych rodzicielskich doświadczeń i wspomnień. Dla rodziców ważny może być każdy gest będący wyrazem uznania wobec ich nienarodzonego dziecka. Jednym z takich gestów może być postugiwanie się imieniem dziecka, jeśli rodzice nadali je już w tonie mamy.
- Przekaż rodzicom tę ulotkę, ale nie rozliczaj ich z tego, czy skorzystali z Twojej pomocy.
- Więcej informacji oraz adresy hospicjów perinatalnych znajdziesz na: [www.kananejka.pl](http://www.kananejka.pl)