



# Aj oni sú naše deti

Vážení rodičia,

v rámci projektu „Aj oni sú naše deti“ sa snažíme pomáhať Vám, ktorí prežívate bolesť a smútok nad úmrtím svojho dieťaťa. Pred Vami je brožúrka, v ktorej sme sa snažili stručne a zrozumiteľne zhrnúť informácie o tom, čo Vás čaká v najbližších dňoch, ako sa môžete cítiť a čo Vám môže pomôcť, čo je potrebné po úmrtí dieťaťa vybaviť a aké sú Vaše práva a povinnosti.

Dovoľte, aby sme Vám predovšetkým vyjadrili úprimnú sústrasť a túto brožúrku prosím berte ako podanú pomocnú ruku v zložitej životnej situácii, v ktorej ste sa ocitli.



## PRÁVE STE SA DOZVEDELI, ŽE VAŠE DIEŤA ZOMRELO

Prvou reakciou na oznámenie o úmrtí vášho dieťaťa je **šok**. Jeho prejavy sú rôzne - môžete plakať, kričať, stratiť na chvíľu vedomie, byť dezorientovaný, emočne paralyzovaný. Môžu sa objaviť pocity depersonalizácie (nedokážete byť v kontakte so svojim prežívaním a myslením), derealizácie (nedokážete vnímať realitu). Tieto pocity môže vystriedať alebo paralelne sprevádzať popretie skutočnosti, že dieťa zomrelo.

Je pravdepodobné, že v takýchto okamihoch sa **nedokážete o seba bezpečne postarať** sami. Snažte sa skontaktovať s niekým, kto sa v tej chvíli o vás postará. V prípade potreby požiadajte ošetrojúci personál nemocnice, aby k vám privolať na pomoc psychológa, prípadne duchovného. Nerobte nič, čo by mohlo ohroziť váš život alebo zdravie (šoférovanie auta, cestovanie...), alebo vaše okolie.

Ak vaše dieťa zomrelo v nemocnici, máte právo sa s ním **dôstojne rozlúčiť**. Okrem špecifických situácií (napr. keď príčinou úmrtia bola silne infekčná choroba), väčšina nemocníc v súčasnosti umožňuje rodičom, aby sa dieťaťa naposledy dotkli, aby ho pobozkali, aby s ním pobudli a urobili to, čo cítia, že potrebujú ešte urobiť. Z hľadiska ďalšieho priebehu a zvládnutia vášho smútku môže byť práve tento moment veľmi dôležitý. Samozrejme, nie je to povinnosť, môžete sa sami rozhodnúť.

Rozmýšľate **ako oznámiť najbližšiemu okoliu** tú hroznú **správu**? Niektorí rodičia to robia sami, osobne zavolajú každému blízkemu človeku zo svojho okolia a povedia mu, čo sa stalo. Iní rodičia zase touto úlohou poveria blízkou osobu, ktorej poskytnú kontakt na blízke osoby a tá ich informuje o úmrtí dieťaťa. Je samozrejme na vás, ktorý spôsob zvolíte, ale je dôležité informovať svoje okolie, lebo títo ľudia vám v prvom rade môžu v nasledujúcom období pomôcť. Taktiež, včasným oznámením predchádzate neprijemným situáciám, ako sú napr. veselé sms od neinformovanej kamarátky, vtipné maily od kolegov v práci, otázky týkajúce sa dieťaťa, atď.

## OTÁZKY TÝKAJÚCE SA PITVY

Ak vaše dieťa zomrelo v **nemocnici**, je **pravdepodobné**, že prehládajúci lekár **nariadi pitvu**. V prípade, že tak neurobí a vy máte pochybnosti o príčine úmrtia vášho dieťaťa, prípadne o spôsobe akým mu bola poskytnutá zdravotná starostlivosť, máte právo ako jeho zákonní zástupcovia **požiadat o pitvu**. Urobiť to môžete prostredníctvom písomnej žiadosti, ktorú doručíte na Úrad pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou.

Ak ste počas života dieťaťa doručili Úradu pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou písomné oznámenie o odmietnutí pitvy Vášho dieťaťa, pitvu je aj napriek jej písomnému odmietnutiu možné vykonať v nasledujúcich situáciách: pri podozrení, že dieťa bolo choré na prenosné ochorenie, alebo kontaminované rádioaktívnymi látkami, pri náhlom úmrtí, ak nebola zjavná príčina smrti, pri pochybnostiach prehládajúceho lekára o príčine smrti, pri odbere orgánov alebo tkanív od darcu, v prípadoch násilnej smrti.

## UVAŽUJETE O DAROVANÍ ORGÁNOV

V tejto ťažkej situácii nie je pre vás určite jednoduché uvažovať o darovaní orgánov vášho dieťaťa. Ale môže to byť jeden zo spôsobov, ako dať vašej osobnej tragédii zmysel, ako pomôcť iným deťom. Ak si myslíte, že je to pre vás prijateľné, môžete sa opýtať ošetrojúceho lekára, či je vaše dieťa vhodným darcom.

Aj keď zákon špeciálne nenariaďuje informovať blízkych zosnulého o odbere orgánov po jeho smrti, v súčasnosti to **nemocnice v SR považujú za samozrejmosť a vyžadujú od rodičov písomný súhlas**. Ak ste ako zákonný zástupca dieťaťa ešte počas jeho života urobili písomné vyhlásenie, že s týmto zásahom nesúhlasíte a Vaše vyhlásenie s osvedčeným podpisom bolo zaslané do registra osôb, ktoré vyjadrili počas svojho života nesúhlas s odobratím orgánov, tkanív a buniek po smrti (vedie ho Ministerstvo zdravotníctva SR), odber orgánov sa nebude uskutočňovať.



## AKO ZABEZPEČIŤ POHREB DIETĎAŤA

Každé dieťa, ktoré sa narodí po **20. týždni tehotenstva**, má právo na pohreb. Ak sa dieťa narodí v skoršom štádiu tehotenstva a pri pôrode nejaví známky života, lekári túto smutnú udalosť považujú za potrat a nevystavujú úmrtný list. Napriek tomu môžete urobiť s partnerom alebo s Vašími najbližšími vlastný rozlúčkový rituál s dieťaťom, spôsobom, aký Vám je najprirodzenejší.

Predtým ako začnete uvažovať o spôsobe pohrebu vášho dieťaťa, musíte vybaviť potrebné dokumenty. Upozorňujeme, že niektoré pohrebné služby za určitý poplatok pre svojich klientov vybavujú všetky potrebné doklady. Je ale potrebné ich písomne k tomu poveriť.

Na vybavenie pohrebu dieťaťa budete potrebovať:

- **List o prehliadke mŕtveho** - vydávajú ho príslušné súdno-lekárske a patologicko-anatomické pracoviská Úradu pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou po vykonaní pitvy (na Slovensku je ich v súčasnosti 10). Informáciu o tom, kde presne bolo prevezené vaše dieťa vám poskytne zdravotnícke zariadenie, v ktorom dieťa zomrelo.
- **Úmrtný list** - vydáva ho matričný úrad v obci, kde dieťa zomrelo. K vybaveniu sú potrebné 3 kópie Listu o prehliadke mŕtveho, originál Rodného listu dieťaťa a občiansky preukaz vybavovateľa (úmrtný list môže vybaviť každý kto má vyššie uvedené dokumenty, takže to nemusíte vybavovať osobne).

Po zápise úmrtia do matriky sa pozostalým vydá úmrtný list a **žiadost' o príspevok na pohreb**, ktorá sa odovzdáva na príslušnom Úrade práce, sociálnych vecí a rodiny, podľa posledného trvalého pobytu nebohého.

Keď získate potrebné dokumenty, môžete začať vybavovať pohreb. V súčasnosti je na Slovensku mnoho pohrebných služieb, ktoré poskytujú rôzne služby. **Je len a len na vás**, ako sa rozhodnete, **ako posledná rozlúčka bude prebiehať**. Sú rodičia, ktorí sa aktívne podieľajú na jej organizácii (pripravujú posledné oblečenie dieťaťa, pribalujú mu napr. obľúbenú hračku, knihu, cumlík., vyberajú hudbu na poslednú rozlúčku, fotky, pripravujú video prezentáciu, pripravujú reč...). Iní rodičia zase poverujú blízku osobu organizáciou pohrebu, ktorá s rodičmi len konzultuje určité detaily. Niektorí rodičia si vyslovene neprajú účasť širšej verejnosti na poslednej rozlúčke. Naopak, niektorým prítomnosť blízkych a priateľov pomáha.

Je dôležité vedieť, že spôsob, akým sa s dieťaťom rozlúčite, je len na vašom rozhodnutí a máte právo to urobiť tak, ako si myslíte, že to bude pre vás a vaše dieťa najlepšie. **Snažte sa čo najmenej riadiť spoločenskými pravidlami a čo najviac načúvajte svojmu srdcu.**

## AKO SA MÔŽETE CÍTIŤ PO POHREBE

Pohrebom sa spečatňuje definitívnosť straty dieťaťa. Po ňom prichádza ticho, prázdnota. Okolie sa vracia k normálnemu životu, vy zostávate so svojimi pocitmi sami. Okrem bolesti a smútku sa môže objaviť **množstvo obťažujúcich pocitov**:

- **Úzkosť a strach** - že bolesť nevydržíte... že nikdy neprejde... že prídete o ďalších blízkych. Môžu prerásť až do panickej ataky (návaly neznesiteľnej úzkosti, strachu, že sa zbláznite, zomriete...);
- **Hnev** - na lekárov, že dieťa nezachránili... Na Boha, že to dopustil... Na seba či na partnera, že ste dieťa neochránili...;
- **Vina a zlyhanie** - že ste nedokázali smrti dieťaťa zabrániť... Že ste pri ňom neboli... Že ste na dieťa neboli vždy dobrí... že ste sa mu málo venovali...



Všetky tieto myšlienky a emócie môžu byť natolko pohlcujúce a intenzívne, že môžete mať problém s normálnym fungovaním v každodennom živote.

Môže sa stať, že nedokážete zamerať a udržať pozornosť, že vám bude vynechávať pamäť. Reaguje aj vaše telo - môžete sa cítiť vyčerpaní, bez energie, objaví sa svalová slabosť, alebo naopak napätie či nadmerná aktivita. Objaviť sa môžu aj telesné symptómy (problémy so srdcom, dýchaním a pod.), problémy so spánkom a desivé sny. Všetky tieto ťažkosti a symptómy sú prirodzenými prejavmi šoku, straty a smútenia. Budú pomaličky odznievať. V prípade, že by sa naopak zhoršovali, vyhľadajte pomoc psychológa alebo psychiatra.

## AKO DLHO ČLOVEK SMÚTI

Smútok je emócia, ktorá nejaký čas po úmrtí dieťaťa pravdepodobne bude naplňovať intenzívne váš život. Smútenie je proces horenia straty. Nebráňte sa mu. Ak bolesti a smútku nedáte voľný priebeh a ujdete od nich, ostanú uložené vo vás.

Nedá sa presne predpovedať ako dlho smútenie potrvá, je to individuálne. **Približne 6-8 týždňov** trvá obdobie **najintenzívnejšej bolesti zo straty dieťaťa**, smútenie v ktorom prejdete od popretia úmrtia cez zlosť, hnev, depresiu až napokon **prijatie straty trvá zhruba rok**. Možno nebudete prežívať všetky tieto fázy či emócie, môžu sa tiež striedať alebo niektoré z nich vracať. V tomto období (ale aj neskôr) môžete opakovane prežívať pocity neznesiteľnej prázdnoty, zúfalstva, strachu, hnevu, viny či sebalútosť. Predstava budúcnosti je neznesiteľná a nezmyselná, lebo odišlo dieťa, ktoré jej dávalo zmysel. Prekvapíť vás môžu aj prudké zmeny v citoch, ktoré nedokážete predvídať a regulovať (napríklad, že veľmi potrebujete spoločnosť ľudí a súčasne váš vzťah k nim kolíše).

Smútok prichádza vo vlnách, niekedy môžete mať pocit, že sa nikdy neskončí. Ale postupne bude väčšina týchto prejavov odznievať, stanú sa menej intenzívne a tiesnivé. Aby ste toto obdobie zvládli, potrebujete trpezlivosť a čas.

## AKO MÔŽETE POMÔCŤ SEBE

Na utíšenie bolesti zo straty dieťaťa neexistuje žiadna zázračná pilulka. Tu je niekoľko rád, ktoré vám môžu pomôcť:

- **Nepotláčajte svoj smútok.** Dajte mu priestor prejavíť sa spôsobom, ktorý vám je prirodzený (ak cítite potrebu plakať, rozplačte sa, ak chcete byť v spoločnosti, zavolajte blízkym...).
- **Vzťahy s okolím upravte tak, aby vám to vyhovovalo.** Niekomu pomáha vyrozprávať sa, znova a znova hovoriť o zážitkoch spojených s dieťaťom, ktoré zomrelo. Iný naopak o dieťati nemôže hovoriť a potrebuje ticho a samotu.
- **Prispôbte návštevy hrobového miesta svojim potrebám.** Niekomu pomôže vyplakať sa pri hrobe dieťaťa a dopovedať nedopovedané a preto navštevuje hrob takmer denne. Iným rodičom návšteva hrobu spôsobuje obrovskú bolesť a vyhýbajú sa jej. Je to len na vašom rozhodnutí.
- **Upravte hrobové miesto podľa vlastných predstáv.** Niektorí rodičia na hrobové miesto prinášajú hračky, pripievajú krabicu, do ktorej je možné vložiť dieťaťu list, alebo odkaz, náhrobný kameň ozdobujú samolepkami... Iní uprednostňujú klasickú úpravu (sviečku, kvety...). Bez ohľadu na to, ako sa rozhodnete, neodkladajte tam cenné veci, o ktoré nechcete prísť, lebo žiaľ krádeže sú na cintoríne bežné.



- Keď to čo len trochu pôjde, **snažte sa obnoviť bežné činnosti a každodenné rutiny**, ktoré nevyžadujú veľa energie.
- Snažte sa **minimalizovať stresy**, neriešte iné vážne problémy, pokiaľ to nie je nevyhnutné.
- Pozor na **robenie náhlych rozhodnutí a zmien** (druhé dieťa, zmena zamestnania, bývania...). Takéto rozhodnutia môžu byť momentálnou náplastou na stratu, ale fungujú zväčša len dočasne.
- **Nezanedbajte starostlivosť o telo**. Dôležité je dodržiavať hlavne pitný režim a aspoň minimálny prísun živín. Pomáha aj pohyb, prechádzky v prírode, hudba.
- **Neostávajúte so svojou bolesťou sami**, zdieľajte ju s rodinou, priateľmi, prípadne sa môžete spojiť s inými rodičmi, ktorí tiež stratili dieťa.
- **Skúste povedať okoliu čo potrebujete** a čo vám naopak nerobí dobre. Necíťte sa byť na príťaž. Ak jasne poviete čo potrebujete, uľahčíte situáciu svojmu okoliu, aj sebe.

Završením procesu smútenia je **schopnosť nájsť zosnulému dieťaťu nové miesto vo vašom živote**, vo vašej rodine. Vysporiadať sa so stratou neznamená, že už nikdy nebudete prežívať bolesť a smútok. Ale budete schopní milovať svoje dieťa spôsobom, ktorý vám nebude brániť, aby ste sa znovu tešili zo života.

## AKO UDRŽAŤ PARTNERSKÝ VZŤAH

Partnerský vzťah rodičov, ktorým práve zomrelo dieťa, môže byť touto udalosťou výrazne ohrozený. Niektorí partneri sa môžu navzájom obviňovať za smrť dieťaťa, môžu vyčítať jeden druhému, že „správne“ a dostatočne nesmútia, resp. že smútia príliš alebo prídlho. Obzvlášť ak aj pred úmrtím dieťaťa vo vzťahu partnerov existovali problémy, hrozí riziko, že sa ešte viac prehĺbia.

Ak chcete zabrániť častým konfliktom a vzájomnému ochladnutiu vzťahov, je potrebné s partnerom komunikovať. Je potrebné zistiť čo prežíva ten druhý, čo mu pomáha, ako sa vysporiadať so vzniknutou situáciou. Každý smútime svojim vlastným spôsobom, neexistuje „správny“ spôsob. Snažte sa dať sebe aj svojim blízkym slobodu v spôsobe, akým smútime.

Najčastejšie problémy medzi partnermi vznikajú, keď majú rozdielnu potrebu hovoriť o strate dieťaťa. Kým jednému vyhovuje o dieťati rozprávať, iný sa tomu vyhýba. Vtedy je vhodné dohodnúť sa na kompromise, občas sa prispôbiť potrebám partnera, ale naplňovať aj svoje potreby. Porozprávať sa môžete aj s priateľmi, známymi, odborníkom, ak sa partner na rozhovor práve necíti.

V prípade, že máte dojem, že váš partner už smúti veľmi dlho a že to ohrozuje jeho zdravie, môžete vyhľadať odborníka a poradiť sa. Taktiež v prípade pretrvávajúcich vzťahových problémov je možné vyhľadať pomoc manželského poradcu.

Samozrejme, nie všetky partnerské vzťahy prechádzajú krízou po strate dieťaťa. Niektorí rodičia uvádzajú, že im táto ťažká životná udalosť priniesla do vzťahu viac porozumenia, komunikácie, ohľaduplnosti a že ich to zomklo.

## AK JE V RODINE ĎALŠIE DIEŤA

Pokiaľ v rodine máte ďalšie deti, určite ich nevynechávajte zo smútenia vo viere, že ich ochránite pred bolesťou. Budú sa cítiť od vás vzdialené a opustené. Aj na nich dolieha strata súrodca, zdieľajte bolesť spolu.



Preto vám navrhujeme, aby ste zvážili nasledujúce odporúčania:

- **Neklamte dieťa**, keď sa vás bude pýtať na súrodenca a snažte sa mu, primerane k veku, vysvetliť, že súrodenec sa už nevráti. Niektorí rodičia ukrývajú smútok a slzy pred deťmi a tie preto často nerozumejú čo sa vlastne deje.
- Snažte sa **odpovedať na otázky dieťaťa**, ale nevnučujte mu túto tému. Dieťa si zväčša samo vypýta toľko informácií, koľko potrebuje. Napriek tomu, že vám jeho otázky môžu spôsobovať bolesť, je dôležité, aby ste mu vysvetlili čo sa stalo a prečo sa tak cítite.
- Obzvlášť staršie deti môžu prežívať **pocit viny za smrť súrodenca**, môže sa im zdať, že sa mu dostatočne nevenovali počas života, že mu niekedy ubližovali alebo neprejavili dostatočnú lásku. Na tieto pocity dieťaťa je potrebné citlivo reagovať a ubezpečovať ho, že nenesie vinu za smrť súrodenca, a tiež, že nie je ani príčinou vášho smútku a bolesti.
- **Rešpektujte smútok dieťaťa**. Nie len vám chýba vaše dieťa, ale aj jeho súrodencom a preto majú právo byť smutní, zmätení, náladoví.
- Pripravte sa na **väčšiu náchylnosť k chorobám u dieťaťa**. Niektoré deti na novovzniknutú situáciu reagujú telesnými symptómami, akoby „utekali“ do choroby, lebo ináč nevedia prežiť svoje emócie. Môžu sa objaviť napr. pocity nevoľnosti, hnačky, alergické prejavy, zhoršenie stavu u chronicky chorých detí, zníženie imunity, častejšie respiračné choroby... Venujte dostatočnú pozornosť zdravotnému stavu dieťaťa a skúste mu umožniť, aby svoje emócie dostatočne prejavilo.
- **Dotyk a objatie často povedia viac ako slová**. Je potrebné, aby vaše dieťa naďalej cítilo, že ho máte rovnako radi, ako predtým, napriek vášmu smútku.
- Snažte sa **zachovať niektoré rituály v rodine** (spoločné prechádzky, jedlo, čítanie rozprávok pred spaním...).
- Ak **nezvládáte starostlivosť o svoje deti**, poprosťe blízke osoby z okolia, aby vám pomohli (napr. starí rodičia, súrodenci, príbuzní, kamaráti... by vám mohli pomôcť s bežnými domácimi prácami, môžu občas zobrať deti na prechádzku, na výlet, vyzdvihnúť ich zo škôlky, školy a nechať vás chvíľu samých doma...).

## KEDY POTREBUJETE ODBORNÚ POMOC

Skúste si v duchu odpovedať na nižšie uvedené otázky. V prípade, že vystihujú to ako sa cítite a správate, je čas navštíviť odborníka (psychológa, psychiatra):

- Prejavy vášho smútenia a bolesti neustupujú a ich intenzita sa namiesto znižovania zvyšuje;
- Ste natoľko vyčerpaní a ponorení v smútku, že máte problém so základnou starostlivosťou o seba (s umývaním, obliekaním, stravou...);
- Dlhodobo popierate skutočnosť, že vaše dieťa zomrelo;
- Premýšľate, že najlepším riešením by bolo odísť z tohto sveta;
- Stratili ste viac blízkych ľudí v krátkom čase.

Niekedy človek sám v takejto situácii nie je schopný rozpoznať, kedy sa už prežívanie či správanie stáva pre neho ohrozujúcim. Preto berte do úvahy aj to, **ako vaše prejavy vníma vaše najbližšie okolie**.



Bolesť zo straty dieťaťa nikdy celkom nevyzmizne, ale postupne ju dokážete prijať ako súčasť vášho života. Aby ste to zvládli, potrebujete čas a trpezlivosť seba samých, aj vášho okolia. Ak príde znova čas na život, nebojte sa ho prijať. Neopúšťate tým vaše dieťa, ktoré ste stratili. To navždy žije vo vás.

## KTORÉ ZÁSADY BY MALI REŠPEKTOVAŤ VAŠI BLÍZKI

Strata vášho dieťaťa hlboko zasiahla aj vaše okolie. Okrem bolesti, ktorú môžu prežívať vo vzťahu k vášmu dieťaťu (ak ho poznali), súcitia aj s vami a radi by vám pomohli. Často ale nevedia ako a vtedy sa uchylujú k frázam a stereotypom, ktoré vás môžu zraňovať. Ideálne je, keď sa rodičia môžu s blízkymi otvorene porozprávať, povedať im, čo im pomáha a čo naopak vadí. V prípade, že to nedokážete, skúste im dať prečítať nasledovný zoznam reakcií, ktoré vás môžu zraňovať:

- **ignorovanie smútku rodičov** (blízki sa vyhýbajú téme úmrtia dieťaťa a snažia sa správať, akoby sa nič nestalo);
- **snaha priviesť rodičov na iné myšlienky** za každú cenu (napr. vtipy, film, nezáväzný rozhovor...), aj keď cítia, že smútiaci na to nemajú náladu;
- **poskytovanie nevyžiadanej pomoci**, napr. vybavenie smútočného obradu bez porady s rodičmi; odstránenie detských vecí, bez ich vedomia;
- **utešovanie slovami**: ak sa to muselo stať, aspoň netrpel/a; šťastie, že máte aj iné deti.; bud'te radi, že to tak dopadlo, mohol byť postihnutý; ešte ste mladí, budete mať ďalšie deti.;
- **nevyžiadané rady** ohľadom spôsobu smútenia (napr.: nemôžeš sa zatvárať do seba, nerozprávaj stále o tom, potom si smutný/á; musíš častejšie chodiť na cintorín / do kostola / k terapeutom.., to ti pomôže...);
- **ukrývanie radosti** a šťastia v osobnom živote pred smútiacimi rodičmi (nepatrí sa smiať, byť veselý, tešiť sa...);
- **falošné vcit'ovanie sa do pozície rodičov** (vety, ktoré začínajú slovným spojením „ja by som na vašom mieste...“), aj keď ten človek nikdy nezažil podobnú situáciu.

## DÔLEŽITÉ KONTAKTY NA INŠTITÚCIE A ĽUDÍ, KTORÍ VÁM MÔŽU POMÔŤ


Viac informácií o situácii, v ktorej ste sa ocitli, o smútku, o prežití, ale i konkrétne rady, odpovede na konkrétne otázky, skúsenosti iných rodičov môžete nájsť na webovej stránke projektu [www.ajonisunasedeti.sk](http://www.ajonisunasedeti.sk)

Prípadne môžete osloviť našu organizáciu:

Detský fond SR, Západná 2, 821 02 Bratislava, tel.: 02 4342 2634, 02 4363 4354, e-mail: [dfsr@dfsr.sk](mailto:dfsr@dfsr.sk), [www.dfsr.sk](http://www.dfsr.sk)

## Ak máte pochybnosti o liečbe vášho dieťaťa, ak nerozumiete informáciám o pitve?

Vo vyššie uvedených situáciách sa predovšetkým môžete obrátiť na ošetrojúceho lekára, na primára oddelenia, na ktorom bolo hospitalizované vaše dieťa a na vedenie nemocnice. Nemocnica je zároveň povinná vám oznámiť kam presne previezli vaše dieťa.



Pokiaľ nie ste spokojní s poskytnutým vysvetlením, môžete sa obrátiť aj na: Úrad pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou [www.udzs.sk](http://www.udzs.sk), prípadne na jeho príslušné pracoviská kde je vaše dieťa prevezené:

- Súdnolekárske pracovisko Bratislava, Antolská 11, tel. kontakt - 02/ 6867 2346;
- Patologickoanatomické pracovisko Bratislava, Antolská 11, tel. kontakt - 02/6867 2018;
- Patologickoanatomické pracovisko Bratislava, Sasinkova 4, tel. kontakt - 02/59357 247;
- Súdnolekárske a patologickoanatomické pracovisko Nitra, Špitálska 6, tel. kontakt - 037/6545 512;
- Súdnolekárske a patologickoanatomické pracovisko Banská Bystrica, nám. L. Svobodu 1, tel. kontakt - 048/4134 529;
- Súdnolekárske a patologickoanatomické pracovisko Lučenec, nám. Republiky 14, tel. kontakt - 047/4513 116;
- Súdnolekárske a patologickoanatomické pracovisko Martin, Kollárova 14, tel. kontakt - 043/4203 322;
- Súdnolekárske a patologickoanatomické pracovisko Žilina, tel. kontakt - 041/7232 347;
- Súdnolekárske a patologickoanatomické pracovisko Prešov, Hollého 14, tel. kontakt - 051/7581 709;
- Súdnolekárske a patologickoanatomické pracovisko Poprad, Zdravotnícka 3253/3, tel. kontakt - 052/7883 778;
- Súdnolekárske a patologickoanatomické pracovisko Košice, Šrobárova 2, tel. kontakt - 055/7289 736.

### Ako nájsť psychológa?

Psychoterapeutickú pomoc, diagnostiku a poradenstvo poskytuje:

- sieť psychologických ambulancií fungujúcich pod jednotlivými nemocnicami,
- centrá poradensko-psychologických služieb pre jednotlivcov, pár a rodinu, ktoré sa nachádzajú vo väčších mestách,
- privátne psychologické centrá.

V prípade, že v tomto smere potrebujete poradiť, môžete sa nám ozvať na mailovú adresu [info@ajonisunasedeti.sk](mailto:info@ajonisunasedeti.sk), alebo na adresu Detského fondu SR. Pokúsime sa vám pomôcť, aby ste vybrali odborníka, ktorý je kompetentný pre riešenie vášho problému a pôsobí blízko vášho bydliska.

### Organizácie, diskusné fóra, web stránky zameriavajúce sa na rodičov, ktorí stratili dieťa:

Plamienok n. o.

Zadunajská cesta 6, Bratislava-Petržalka,

Tel: 0908 686 897, tel./fax: 02/207 88 373, e-mail: [info@plamienok.sk](mailto:info@plamienok.sk), [www.plamienok.sk](http://www.plamienok.sk)

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

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

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

<http://www.childdeathhelpline.org.uk/>



Detský fond  
Slovenskej republiky

