

Tukea abortin, keskenmenon, kohtukuoleman tai syntyneen lapsen kuoleman jälkeen Helsingissä

Itu-työ

Tampereen NNKY:n aloittama ja sittemmin valtakunnalliseksi laajentunut Itu-työ tukee kriisiraskaustilanteessa olevia, raskauttaan vaikeassa tilanteessa jatkavia ja abortin läpikäyneitä tyttöjä ja naisia. Itu-työ järjestää abortin kokeneille mm. vertaistukiryhmiä. Palvelut ovat ilmaisia ja luottamuksellisia.

Voit ottaa yhteyttä soittamalla joko Itu-työn valtakunnalliseen puhelinpäivystykseen (050 401 5567, ma-pe klo 10-20) tai pääkaupunkiseudun puhelinpäivystykseen (040 518 8783, ma ja to klo 16-20).

Tietoa Itu-työn palveluista: ituprojekti.net/fi/paakaupunkiseutu/

Käpy Lapsikuolemaperheet ry

Käpy Lapsikuolemaperheet ry tarjoaa valtakunnallista vertaistukea lapsen kuoleman kokeneille perheille. Kaikki lapsensa menettäneet voivat olla yhteydessä Käpyyn. Vertaistukea on saatavilla ensisijaisesti vanhemmille ja perheille, joiden lapsi on kuollut raskauden myöhäisessä vaiheessa, vauvana, lapsuudessa, nuorena tai nuorena aikuisena. Yhdistys järjestää vertaistukiryhmiä, vertaistukiviikonloppuja ja vertaistapaamisia sekä välittää tukihenkilöitä.

Tietoa Käpy Lapsikuolemaperheet ry:n palveluista: kapy.fi/surevalle/

Julkiset terveystalvet ja kriisiapu

Jos tarvitset ammattiapua abortin, keskenmenon, kohtukuoleman tai syntyneen lapsen kuoleman jälkeen, voit olla yhteydessä omalle terveysasemallesi: www.hel.fi/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveydenhoito/terveysasemat

Terveysaseman ollessa kiinni voit kiireellistä ammattiapua vaativissa psyykkisen tai fyysisen terveyden ongelmassa hakeutua päivystykseen (yli 16-vuotiaat psykiatrasta apua tarvitsevat Haartmanin sairaalan Meilahden yhteispäivystykseen, yli 16-vuotiaat fyysisten terveysongelmien takia päivystykseen hakeutuvat Haartmanin sairaalan Meilahden yhteispäivystykseen tai Malmin sairaalan yhteispäivystykseen, alle 16-vuotiaat Uuden lastensairaalan yhteispäivystykseen, ilman lähetettä päivystykseen hakeuduttaessa soitto ensin päivystysapuun: 116 117; hätätilanteessa soita 112).

Psyykkistä tukea on saatavilla myös matalan kynnyksen mielenterveyspalvelupiste Miepin kautta, josta voit saada maksutonta keskustelutukea, neuvontaa ja palveluohjausta: www.hel.fi/fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveydenhoito/mielenterveyspalvelut/mielenterveyspalvelupiste-mieppi

Kriisipäivystys (puh. 09 3104 4222, 24 h vuorokaudessa) tarjoaa akuuttia kriisiapua, neuvontaa ja ohjausta äkillisissä kriisitilanteissa, mm. läheisen äkillisen kuoleman jälkeen. Kriisiapu on lyhytkestoista auttamista: n. 1-5 asiakastapaamista, puhelimesta annettavaa kriisiapua sekä jatkohoitotarpeen arviointia ja järjestämistä.



Seurakuntien palvelut

Seurakunnat järjestävät sururyhmiä läheisensä menettäneille, ja tukea voi hakea myös esim. diakonilta tai papilta. Eri kirkoissa järjestetään myös ajoittain lapsettomille tai lapsensa menettäneille ihmisille suunnattuja Tyhjän sylin messuja tai hartaushetkiä, joiden tarkoituksena on antaa konkreettinen aika ja paikka surun käsittelylle ja lohdun saamiselle.

Jos raskaus oli syntymättömän lapsen kuollessa kestänyt vähintään 22 viikkoa tai lapsi oli 500 grammaa tai sitä painavampi, lääkäri toteaa kuoleman ja kirjoittaa hautausluvan, minkä jälkeen lapsi haudataan. Myös tätä nuorempana ja pienempänä kuollut syntymätön lapsi voidaan vanhempien näin toivoessa haudata. Alle 22 raskausviikon ikäisenä menetetty lapsi voidaan siunata sairaalan järjestämässä yhteissiunaustilaisuudessa, jonka jälkeen Honkanummen krematoriossa on yhteistuhkaus ja tuhka haudataan Honkanummen hautausmaan Lasten muistolehtoon. Yhteistuhkaus ja -hautaus on perheelle maksuton. Muistolehtoon on mahdollista tilata lapselle erikseen muistolaatta yhteismuistomerkkiin.

Vaihtoehtoisesti vanhemmat voivat itse huolehtia syntymättömän lapsen hautajaisten järjestämisestä. Hautajaisten järjestäminen keskenmenossa kuolleelle lapselle on mahdollista riippumatta siitä, missä vaiheessa raskautta lapsi menehtyi. Hyvin varhaisessa keskenmenossa syntymätön lapsi voi mennä huomaamatta verenvuodon mukana eikä mitään haudattavaa tällöin ole, mutta tällaisessakin tapauksessa on vanhempien näin toivoessa mahdollista järjestää kuolleelle lapselle siunaustilaisuus. Yleensä oman alueen seurakunnan pappi toimittaa siunauksen. Papin palvelut ovat maksuttomia, ja seurakunnan jäsenet voivat maksutta käyttää tilaisuutta varten seurakuntayhtymän kirkkoa tai kappelia; evankelisluterilaiseen seurakuntaan kuulumattomalle kappelin tai kirkon vuokraaminen tilaisuutta varten on maksullista.

Lisätietoja saat ottamalla yhteyttä Hautapalveluihin:
www.helsinginseurakunnat.fi/artikkelit/mfl3t4flf

Simpukka

Lapsettomien yhdistys Simpukka tarjoaa vertaistukea tahattomasti lapsettomille. Yhdistyksen vertaistukiryhmiin voi hakeutua myös, jos lapsettomuus johtuu lapsen menettämisestä keskenmenossa. Keskenmenon kokenut voi etsiä vertaistukea myös yhdistyksen vertaisvälityksen kautta: www.simpukka.info/vertaisvalitys/. Yhdistyksen sivuilta löytyy opas keskenmenon kokeneille: www.simpukka.info/wp-content/uploads/2020/06/Odotus-muuttui-menetykseksi.pdf

SELMA-oma-apuohjelma

SELMA - selviytymismatka on kahdeksan viikkoa kestävä oma-apuohjelma järkyttävän tapahtuman kohdanneille aikuisille. SELMAa aloittaessa tapahtumasta on hyvä olla kulunut vähintään kuusi kuukautta.

Ohjelma löytyy netistä osoitteesta www.mielenterveystalo.fi/fi/omahoito/jarkyttavan-tapahtuman-omahoito-ohjelma-mieli-ry.

MIELI Suomen Mielenterveys ry

MIELI Suomen Mielenterveys ry tarjoaa apua elämän kriiseissä. Yhdistys järjestää mm. keskusteluapua ja vertaistukiryhmiä läheisensä menettäneille.

MIELI Suomen Mielenterveys ry:n Kriisipuhelin: 09 2525 0111, 24 h vuorokaudessa. Tukea on saatavilla myös netin kautta.

Tietoa MIELI Suomen Mielenterveys ry:n palveluista: mieli.fi





Artikla 3 ry

artikla3.fi

Copyright: Artikla 3 ry 2023

Tämän oppaan tulostaminen yksityiseen käyttöön on sallittua. Oppaasta saa myös tuottaa paperisia kopioita abortin, keskenmenon tai kohtukuoleman kokeneita tai lapsensa syntymän jälkeen menettäneitä vanhempia tukevan auttamistyön tueksi ja heille lahjoitettaviksi. Oppaan tai sen osien tai kopioiden myyminen tai muokkaaminen ei ole sallittua.