

Safari-strömsparing
Klicka för att starta Flash-programtillägget



TORSDAG 1 MAJ 2014 Dagens namn: Valborg

Årets bästa sajt. Årets nyhetssajt. Årets Dagstidning digitalt.

AFTONBLADET

Stockholm
4°
VÅDER



OISÍN CANTWELL
Var det rätt att låta nazister demonstrera?

Start | Sport | Nöje | Ledare | Kultur | A till Ö | Q

Följ/Bevaka | Logga in | Köp

SENASTE NYTT

NYHETER

Svår olycka med fyrhjuling i Boden 19:15
Jönköpingsborna stod upp mot nazisterna 18:53

Var det rätt att låta nazister demonstrera? 18:39

V vill sänka skatten för pensionärer 18:15

Rodman var ett lockbete – för att filma 18:04

Sahlin: Dags för Åkesson att erkänna sin bakgrund 17:43

Dröjde 4 timmar med att leta efter MH370 17:01

SvP-anhängare gripen för misshandel 16:06

Göran Persson: S behöver tuffa till sig 15:31

PLUS KKK-ledare levde under FBI-skydd 14:44

Miljarder ska ge tusentals nya lägenheter 13:38

Harry, 63, har haft radion på – i 30 år 13:34

Sjöstedt: S behöver vårt partis hjälp 13:07

Norwegians Dreamliner återigen strandsatt 12:40

LO: "Bort med gräddfilerna" 12:24

Thorwaldssons attack mot Reinheldt 12:18

2 döda – 100 skadade i explosion 10:54

Flicka död – polis misstänker mord 10:36

Misstänkt våldtäkt i Umeå 10:04

PLUS Vanligaste – och farligaste bakterierna 09:37

Mystiskt föremål i Jönköping sprängdes

Startsidan / Nyheter

2011-09-09

Att förlora sitt barn ökar risken för att dö

"Man kan dö av sorg"

Ett barn dör.

Då fördubblas risken för föräldrarna att själva dö.

Det visar en ny stor brittisk studie.

– Det är på grund av sorgen, säger barnmorskan Jutta Kjaerbeck, 69, som själv förlorat två söner.

Den som förlorar sitt barn under barnets första levnadsår, har dubbelt så hög risk att dö i framtid, visar studien som genomförts på föräldrar till barn som antingen dött, fötts döda eller överlevt i Storbritannien mellan 1971 och 2006.

Mammor påverkas mest

Och även om risken minskar med tiden, kan den hålla i sig i upp till 25 år, skriver tidningen Dagens Medicin.

Drygt två procent av dem som förlorat sitt barn dog inom 15 år, jämfört med knappt 1 procent bland dem som inte förlorat barnet.

Och mammor påverkas mest.

De som mist sitt barn hade fyra gånger högre risk att själva dö, än mammor till barn som levde.

Forskarna har inte tillräckligt med data för att slå fast orsakerna, men tror att nedsatt immunförsvar, men även självmord, kan vara förklaringen.

Hade varit 37 och 29

Jutta Kjaerbeck har tre söner. Hon borde haft fem.

Ofta tänker hon på de två som hade varit 37 respektive 29 år om de hade levt i dag.

Den förste av dem föddes med en allvarlig, ovanlig sjukdom och dog vid 10 månaders ålder. Den andra dog i slutet av graviditeten, i magen.

– Konstigt nog, eftersom jag visste att den förste var sjuk, måste jag ha förberett mig på något sätt. Av sonen som dog i magen, försvann marken under mina fötter, säger Jutta Kjaerbeck.

Första reaktionen: "Jag överlever inte"

När Jutta Kjaerbeck drabbades fanns lite stöd att få. Hon ville ge andra det hon själv aldrig fick, och som sjuksköterska vidareutbildade hon sig till barnmorska.

Under 22 år fram till pension 2009 hade hon en specialtillsatt tjänst vid Drottning Silvias barnsjukhus i Göteborg, för att stötta föräldrar som förlorat barn.

Alla har en gemensam känsla, direkt efter att det otänkbara hänt.

– "Vi överlever inte. Vi kommer inte ta oss igenom det här". Så säger alla. Men man har inget val. Antingen lägger man sig ner och dör, eller

Rekommendera 287

Tweeta 1



Att risken för att dö nu konstaterats vara större för föräldrar som förlorat barn, förklarar Jutta Kjaerbeck med att talesättet "att dö av sorg" faktiskt kan slå in.
Foto: Colourbox



Därför rear de ut nya hudräddaren

Läkare: "Ärr och rynkor försvinner".



Läkarna: Så funkar nya succémetoden

Förklarar hudens räddning.



540 mikronålar förändrar din hud

Skadar och återuppbygger.

SWISSCLINIC

MEST LÄST IDAG



Flicka död – polis misstänker mord

TV+TEXT En åttaårig flicka hittades i går kväll död i...

Sahlin: Dags för Åkesson att erkänna sin bakgrund

TV+TEXT JÖNKÖPING. Ex-S-ledaren Mona Sahlin talade medan nazisterna marscherade i...

Svår olycka med fyrhjuling i Boden

► En sjuårig flicka skadades svårt i en olycka med en fyrhjuling på...

Dröjde 4 timmar med att leta efter MH370

► Det tog hela fyra timmar innan myndigheterna började leta efter det försvunna planet...



Göran Persson: S behöver tuffa till sig

► GNESTA. Göran Persson (S) gav flera råd till sitt parti...

09:35

SD:s EU-topp: "Jag är okunnig om de andra partierna" 09:00

Löfven: "2014 – året vi tog över" 08:54

19-åring skjuten till döds i Göteborg 08:02

Villa övertänd – man svårt skadad 07:59

Visa fler ▾

OM AFTONBLADET

- Annonsera
- I siffror
- Köpa bilder
- Lediga jobb
- Integritetspolicy
- RSS
- Som din startsida
- Surfa lugnt

© Aftonbladet Hierta AB
Växel: 08 725 20 00

så måste man fortsätta leva, säger Jutta Kjaerbeck.

"Man kan dö av brustet hjärta"

Att risken för att dö nu konstaterats vara större för föräldrar som förlorat barn, förklarar Jutta Kjaerbeck med att talesättet "att dö av sorg" faktiskt kan slå in.

– Ja, som man säger, "av brustet hjärta". Det är av sorgen. Känslan när man är längst nere i botten och allt är mörkt, och man inte orkar stiga upp utan bara vill dra täcket över sig är oerhört svår. Mår man dåligt, får man sänkt immunförsvar.

Det viktigaste akuta motgiftet är mänsklig värme.

– Många beskriver hur ensamma de blir. Att allt ska vara som vanligt efter begravningen, men det är då sorgprocessen börjar. Och många vittnar om grannar som plötsligt inte låtsas se dem och går över på andra sidan gatan för att undvika möte.

Bra sorgegåva: lagad mat

Jutta Kjaerbeck beskriver att det tyvärr inte finns några genvägar ur sorgen. Den måste få värka, och det måste få ta tid. Kroppskontakt kan lindra den mest outhärdliga smärtan.

– Kramas! Folk är för rädda för att komma nära.

Hon förundras också över den svenska kulturen att alla bara skickar blommor. Själv tror hon mer på traditionen hon bär med sig från Färöarna, där hon växte upp.

– Där tog man med sig nybakt bröd eller en lagad gryta till den nydrabbade. Den orkar inte laga mat. Och det är mer personligt.

Viktigt träffa andra som vet

Sedan 1980-talet är Jutta Kjaerbeck engagerad i föreningen Vi som förlorat barn. Hon ser det som oerhört viktigt att få möta andra som överlevt att förlora sitt barn.

– Visst kan man få hjälp av en psykolog. Men inget hjälper mer än att träffa föräldrar som gått igenom samma sak, som kan vara förebilder. "Har de gått igenom det här så kanske vi kan klara det".

Ju mer liknande sätt barnen avlidit på, desto bättre blir förståelsen mellan föräldrarna, enligt Jutta Kjaerbecks erfarenhet.

– Vid Göteborgsbranden förde jag ihop föräldrar som förlorat sina barn där. Och vid tsunamin hjälpte jag föräldrar som förlorat barn på samma plats i Thailand att träffas. Om man upplevt saken på samma sätt är det ännu lättare att sätta sig in i varandras upplevelser.

Barn och minnen underlättar

Själv hade Jutta Kjaerbeck en son, då hon förlorade sin första son. Det blev en livlina. Hon har även sett att syskon hjälper i andra fall.

– Barn gör det lättare. De kommer med så mycket skratt emellan tårarna, och med direkta frågor och tankar om döden. Det är svårare för föräldrar som förlorar sitt första barn. Då har man inte samma "tvång", att man måste fortsätta leva.

Även minnen av det döda barnet hjälper.

– När min son föddes död tog man inga bilder. Jag fick knappt se honom. När jag har jobbat har jag alltid tagit bilder av det döda barnet. Man behöver det, för att förstå.

Sonen som dog vid 10 månader har hon ett foto på, uppsatt i hemmet.

– Jag tittar på honom och tänker: "hur skulle du ha varit nu?".

Studien genomfördes av forskare vid University of York i Storbritannien och publicerades den 7 september i tidskriften BMJ Supportive & Palliative Care.

Rekommenderas { 287 }

Tweeta { 1 }

Tipsa

Skriv ut

✉ Lisa Röstlund

Till Aftonbladets startsida ▶

Premiär!

Ett nytt sätt att uppleva nyheter

indiaimes 8

Omni.se

Safari-strömsparning
Klick för å starte Flash-programtillegget

TOTALT 7000 kr i BONUS
+200 GRATIS SPINN

TILL CASINOT

LeoVegas.com
Sveriges Mobilcasino

18 år - Regler och villkor, se www.lovegas.com

MEST SETT IDAG

Han har valt att bo i en plåtvagn - på 3,5 kvadratmeter
1:23 ▶ Sture Wengelin väljer det...

Här spränger polisen misstänkt föremål
2:04 ▶ Språnge misstänkt föremål i Jönköping inför...

oj, vilken vecka!
28:52 ▶ 11 april 2014 08:48 oj, vilken vecka! Avsnitt 3, Säsong 7 Karin Magnusson guidar sin...

Bilisterna använder bilen som ett vapen
6:46 ▶ Vägens värstingar handlar denna veckan om fortkörarna...

Valen sprider skräck - på väg att explodera
0:49 ▶ Det ser ut som en stor...

Dagens erbjudande från letsdeal.se



Smarta prylen du **INTE** kan vara utan: "Gör TV:n mycket roligare"

UTVALT FÖR DIG

Kotten är vår nya kelgris
0:49 ▶ Uppfödaren Heidi, 27: "De är riktiga bajsmaskiner"

Puma Swede: Jag stoppades av TV4
▶ Porrsjörnan: Antagligen för att jag har sex som yrke

Träna tidigt!
▶ 8 skäl att svettas på morgonen

Barcelona har fått nog av alla turister

"Jag lydde och växade bort ALLT från A till B"
▶ Läs veckans Zelda

MER FRÅN AFTONBLADET

Till Aftonbladets startsida



Harry, 63, har haft radion på - i 30 år



Göran Persson: S behöver tuffa till sig



Flicka död – polis misstänker mord

TV+TEXT En åttaårig flicka hittades i går kväll död i centrala Karlskrona. Polisen misstänker att hon mördats. Två personer har...



Cobain hånar Courtney Love – från graven



Beslutet: Vägrade att tacka sina fans



NHL-backen klar för VM-truppen



Klarlagt: Peaches dog av en överdos



"Jag svek löftet jag gav dig vid graven"



'Skäggiga damen ska stoppas i Eurovision'

 **Gör Aftonbladet till din startsida!**

PLUS Köp Plus här

 **Håll koll på nyheter med RSS**

 **Följ och bevak skribenter**

▲ Till toppen av sidan

KONTAKT

Tjänstgörande redaktör: **Joakim Magné**
 Chefredaktör, ansvarig utgivare och vd: **Jan Helin**
 Stf ansvarig utgivare: **Lena Mellin**
 Produktägare: **Lena Widman**
 Besöksadress: Västra Järnväggsgatan 21, Stockholm
 Telefon växel: **08 725 20 00**
 Kontakt: foernamn.efternamn@aftonbladet.se
Kontakta Aftonbladet Support
 Org.nr: 556100-1123
 Momsregistreringsnr: SE 556100-112301
 © Aftonbladet Hierta AB

TIPSA!

MMS/SMS **71000**
 E-POST tipsa@aftonbladet.se
 TELEFON **08-411 11 11**

Grundad 1830 av Lars Johan Hierta

Årets bästa sajt. Årets bästa nyhetssajt.
 Utsedd av Internetworld Topp100.

Årets Dagstidning digitala medier.
 Utsedd av TU och Medievärlden.

Mobilversion | Webbversion

