

Dödsfall hos barn

Bok- och länktips från Region Dalarnas sjukhusbibliotek

Hos oss på Falu lasarettsbibliotek kan du som bor i Dalarna få hjälp med att hitta lättfattlig information om hälsa.

I biblioteket finns också personliga berättelser som kan ge en inblick i andra personers upplevelser. Bibliotekspersonalen hjälper gärna till att förmedla hälsofrämjande information ur olika databaser och från föreningar.

Vi kan även bistå med källkritisk granskning av hemsidor.

Den som inte har möjlighet att komma till biblioteket kan istället ringa eller skicka e-post.

Hitta till biblioteket: Gå in genom huvudentrén på Falu lasarett, gå rakt fram och passera caféet och butiken. Följ sedan skyltningen till biblioteket. Bibliotekets entré är på plan 02. Det finns hiss utanför.

Besök oss gärna på webben: www.regiondalarna.se/sjukhusbibliotek

Kontakt

Region Dalarnas sjukhusbibliotek

E-post: falun.biblioteket@regiondalarna.se

Adress: Söderbaums väg 8, 791 82 Falun

Telefon: 023- 49 21 34

Webbsidor

1177.se

Står bakom sidan: Sveriges regioner

Målgrupp: alla

En sida med råd om hälsa och information om sjukdomar. Under fliken Liv & Hälsa finns rubriken Psykisk hälsa. Genom att klicka på den så hittar du information om *Sorg när någon har dött*, här finner du information om hur sorg kan påverka personer på olika sätt, vad det innebär att ha sorg och vad som händer i kroppen, vad du själv kan göra och vart du kan vända dig för att få hjälp. Finns även information som riktar sig för barn och unga om du klickar dig vidare till *sorg hos barn och unga*.

Umo.se

Står bakom sidan: Sveriges ungdomsmottagningar, Sveriges alla regioner

Målgrupp: unga mellan 13 och 25 år

Under fliken Att må dåligt finns sidan *sorg och kris*. Här finns information och stöd för den som befinner sig i sorg, det finns även information för närstående hur de kan ge stöd till någon som befinner sig i sorg. På sidan finns det även information till vart man kan vända sig för att få stöd.

Efterlevnadsguiden.se

Står bakom sidan: Skatteverket, Försäkringskassan och Pensionsmyndigheten

Målgrupp: De som har förlorat en närstående.

Praktisk information om vad du behöver veta och göra när en närstående går bort, så som informera om dödsfallet och planera begravning. Här finns bland annat en praktisk checklista. Uppdelat i olika delar Att börja med, Månaderna efter och Följande år.

Vsfb.se

Står bakom sidan: Föreningen Vi Som Förlorat Barn

Målgrupp: Föräldrar som har förlorat ett barn, även syskon och anhöriga.

Här finns informationsfilmer, en sida för stöd och hur man kan stötta som vän. Det finns även stödgrupper som träffas för att prata och stödja varandra. En grupp träffas i Falun.

Randigahuset.se

Står bakom sidan: Randiga Huset som är en partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation.

Målgrupp: Familjer, med extra fokus på barn och unga

En sida för barn och unga som förlorat en familjemedlem i dödsfall. Men även för föräldrar eller andra viktiga personer i barnens närhet. Information om sorg, praktisk information om vad som händer när någon går bort. Erbjuder stöd genom enskilda samtal, stödgrupper och mötesplatser.

Jourhavande-medmänniska.se

Står bakom sidan: Jourhavande medmänniska som är en partipolitiskt och religiöst obunden ideell organisation.

Målgrupp: Alla som behöver prata med en medmänniska

Hit kan du anonymt vända dig för att ringa eller chatta när du behöver någon att prata med under natten, håller öppet varje natt mellan 21 - 06. Jourhavande medmänniska är anonyma och har tystnadsplikt.

Svenskakyrkan.se/fa-hjalp

Står bakom sidan: Svenska kyrkan

Målgrupp: Alla i sorg

För att vända sig till svenska kyrkan för att få stöd och hjälp vid sorg så behöver du varken vara medlem eller troende. De erbjuder samtalsstöd och sorgegrupper, det går även att ringa, mejla eller chatta med jourhavande präst om du behöver någon att prata med.

Personliga berättelser (Alfabetisk ordning på titel.)

Det värsta händer och livet vänder av Irma Marie Andersson (2023). Irma berättar om sin sorg efter att förlorat sitt barn, hon delar sina tankar och reflektioner om hur hon kunde bygga upp sig själv och leva för de som finns kvar i livet.

Finnes: sorg Sökes: tröst av Linn Greaker (2007). Tio berättelser om att förlora någon som står en nära.

Hugo har åkt på en solstråle upp av Mia Martens (2007) En mammas berättelse om att mista sitt barn.

Kan jag dö, mamma? Av Ingrid Edgardh (2005). Ingrid skriver om sin son som får cancer vid 5 års ålder, där prognosen inte är god. Om hur en familj möter svårigheterna med ett barn som har en livshotande sjukdom. När boken skrivs är sonen 12 år och frisk.

Klättra så högt du vill för du är ju ändå redan död, av Lina Schollin Ask (2019). Om att förlora ett ungt barn och samtidigt vara höggravid, att förbereda sig för en förlossning och sörja ett förlorat barn.

När jag blundar är du fortfarande här av Tove Oddsdotter (2023). Tove förlorar sin 7-åriga i cancer. Vi får följa Toves resa och kamp för att våga möta livet igen. Hon delar med sig på sin syn på sorg ger tips på vad som har fungerat för henne.

När solen går i moln : 17 berättelser om att överleva sorgen efter ett barn (2011). Föräldrar från en självhjälpsgrupp i Falun delar sina egna berättelser om att mista sitt barn.

Pappa! Svante är död : att mista sitt barn, av Olle Bergman (2001). Olle berättar om att förlora sin 17-åriga son i en trafikolycka. Han delar med sig av sina innersta tankar i sorgearbetet, vad som hjälper honom, så som att få prata om sin son.

Sorgens gåva är en vidgad blick av Patrik Hagman (2019). Teologen Patrik förlorar sin sexåriga son i cancer. Patrik skriver om vad som händer i en människa när sorgen så påtagligt kliver in och ut i ens liv. Vad som blir kvar, vem man blir och vad sorgen faktiskt ger, även om man mycket hellre hade avstått den gåvan.

Vi var alltid beredda av Annika Koldenius (2014). När Sam var sex veckor gammal fick hans föräldrar beskedet att han måste opereras, annars skulle han dö. Annika skriver om ett familjeliv med ett sjukt barn, om en tung sorg och den chock som kom när Sam dör vid elva års ålder. Även om de alltid varit beredda.

Faktaböcker (Alfabetisk ordning på titel.)

Att levandegöra döden av Ingvar Von Malmborg och Thomas Silfving (2007). Ger ett vidgat perspektiv på döden och sorg-bearbetning.

Att möta barns sorg : en handbok av Atle Dyregrov och Martin Lytje (2022). En bok som kan användas av anhöriga och närstående till ett barn som tvingats uppleva att en närstående dör. Går igenom vanliga reaktioner på sorg och hanteringsstilar, boken ger också konkreta tips hur man kan stödja barnet.

Att ta avsked : ritualer som hjälper barnet genom sorgen av Atle Dyregrov (2009). En bok som hjälper närstående med barns möte med döden. Ett sätt att hjälpa barnet är att låta det delta i olika ritualer kring dödsfallet.

En bro till framtiden : om förlust, sorg och bearbetning av Göran Gyllenswärd (2015). En lättläst bok om olika stadier och uttryck av sorg samt olika delar i sorgearbetet.

Ett litet barn dör av Ingela Bendt (2017). Handlar om sorgens process steg för steg när ett barn dör, hur vi är olika i hur vi sörjer och uttrycker sorg.

Ett steg i taget – när livet går i bitar, av barncancerfonden (2014). Bok från barncancerfonden, för de föräldrar som har drabbats av den stora sorgen att mista ett barn i cancer. Är tänkt att kunna stötta från beskedet, begravningen, till första året efter och vägen genom sorgen.

När det värsta har hänt : Hur föräldrar kan stötta syskon som mist av Barncancerfonden (2016). Informationshäfte från barncancerfonden, syftet är att ge föräldrar stöd i hur de kan möta syskon som mist en bror eller syster i cancer.

När man vet att någon snart ska dö : en handbok för anhöriga av Lisa Blomqvist (2018). Utifrån sina egna erfarenheter så delar Lisa med sig av råd kring sånt som kan vara bra att veta i exempelvis kontakt med sjukvården, inför begravningen med mera. Innehåller även information om hur man ska stötta barn och anhöriga vid dödsfall.

Sorg : om förlust och läkning vid förändringar i livet. Av Marie Granberg Moquist och Eva Aggeklint (2024). En bok som vill ge ökad förståelse och en bredare syn på sorg och sörjande. Hur olika sorgprocessen kan se ut och hur vägen genom sorgen kan vara olika.

Svåra förluster och livet efteråt av Kerstin Dillmar och Lars Björklund (2024). Författarna beskriver en förlustkurva där olika steg tar sig olika uttryck, hur de känns och vad som kan behövas för att kunna ta sig vidare.

Vägar i sorgen av Lars Björklund (2009). Behandlar vanliga reaktioner på förlust och hur du som närstående kan möta den som sörjer.

Skönlitteratur (Alfabetisk ordning på titel.)

Jag är kvar hos er, av Peter Pohl (2000). En sann berättelse om 15-åriga Annas som får en obotlig hjärntumör, vi får följa hennes sista tid i livet via närståendes dagböcker, tankar och brev.

Lysa med sin frånvaro: en antologi om sorg och överlevnad av Kerstin Andersson Gandini (2002). Kerstin har samlat och sammanställt denna bok med dikter om sorg och överlevnad.

Förr eller senare exploderar jag av John Green (2012). Tiden är utmätt för 17-åriga Hazel, hon vet att hon aldrig kommer att bli frisk igen. På en stödgrupp för cancersjuka ungdomar träffar hon Augustus. En ungdomsbok som även bör läsas av vuxna.

För barn och unga (Alfabetisk ordning på titel.)

Alla döda små djur av Ulf Nilsson och Eva Eriksson (2006). Bilderbok om tre vänner som en sommardag bestämmer sig för att starta firman Begravningar AB och ta hand om alla döda djur som ligger i buskar och diken. Delägarna har olika uppgifter - Ester gräver graven, Putte är gråterska och berättaren skriver dikter.

Anden, döden och tulpanen av Wolf Erlbruch (2012). Bilderbok om Anden som får besök av döden. De pratar, simmar i en damm och klättrar i träd. Döden blir frusen när de simmar i dammen och anden värmer honom. Döden ser inte ut att veta mer om vad som händer efter döden än vad vi levande gör. Till slut dör anden och döden tar hand om kroppen. En stillsam och vacker bok.

Bara molnen flyttar stjärnorna av Torun Lian (2000). Mellanåldersboken. Handlar om vad som händer i en familj när ett barn dör. Maria är 11 år och hennes två år yngre bror har dött i cancer. Mamman går så djupt in i sin sorg att hon glömmet Maria. Det känns som om familjen, ja Maria själv, upphör att existera. När Maria träffar Jakob får hon hjälp att hitta en väg ut ur sorgen.

Blå ugglan av Lotta Geffenblad (2023). Granlund och Stenberg är två personer som bor i en stuga i skogen. Plötsligt dör Stenberg. Berättelsen fokuserar sedan på Granlunds sorg. En blå ugglan symboliserar sorgen och tar till en början upp stort utrymme. Den är så stor att den inte får plats i stugan. Så småningom bjuder Granlund in ugglan i hemmet och de blir kompisar. Det jobbiga får plats att existera parallellt med det nya livet. Ugglan krymper och går ganska bra att leva med men den försvinner aldrig helt.

Den långa resan av Sofia Hedman (2019). En vacker bilderbok om döden. Drömskt och hoppfullt får läsaren hjälp att närma sig det allra svåraste att ta farväl och släppa taget om en älskad.

Dom som är kvar av Karin Saler (2014). Bilderbok om sorg. Hur lever man med den? Hur fortsätter man efter att allt har tagit slut? Hur gör dom som är kvar?

Död av Stina Wirsén (2016). Pekbok. Titta, vad liten Skär och lilla Ärtan har hittat. En blomma! Och titta där, en fågel! Men, varför flyger den inte? Är den död? En bok om döden för de riktigt små att samlas kring, samtala om och växa med!

Ett hål av Yael Frankel (2022). Yael Frankel använder ett hål för att beskriva sorgen och tomrummet som blir kvar då en älskad person försvinner. Det är en allåldersbok om ett svårt ämne, som kan uppskattas av ett brett spektrum av läsare. En berättelse som inte ger enkla lösningar utan istället låter läsaren veta att vi alla har hål av något slag, hål som kan följa med genom livet - och det är ok.

Kära hälsningar från döden av Ulf Nilsson (2023) Varför skulle svart vara dödens färg, varför inte himmelsblått. Barn möter bilder av döden på teve, i filmer, spel och böcker som ofta är skrämmande. Men hur ser döden egentligen ut? Kanske finns det andra bilder som går att leva med. Och somna med. Tänk om döden inte alls är något att vara rädd för? En storslagen liten tröstebok för alla åldrar.

Molnväverskan av Katarzyna Jackowska-Enemu (2022). En bilderbok om att hitta egna, bra sätt att klara av det som är svårt, om möten med det oundvikliga – sjukdom och död. Det är också en saga som skapar möjlighet för samtal mellan barn och vuxna om alla de känslor som uppstår.

Silkesapans skratt av Annika Sandelin (2019). Bilderbok. Hur kan någon som alltid funnits vara död? Silkesapans skratt ryggas inte för att berätta om sorgen i all sin svarthet men boken är trösterik för barn som mist någon älskad, eller kanske bara grubblar över döden

Stig av Annica Hedin och Per Gustavsson (2018). Bilderbok om att förlora någon som står en nära. En bok att läsa tillsammans och prata om.

Vi är lajon! av Jen Mattsson (2019). En bilderbok om två bröder, en dag får lillebror ont i magen och behöver åka till sjukhuset. En bok om barncancer, med ett öppet slut.

Faktaböcker

Bortom himlen : om alla dem som vi saknar av Minna Paananen (2015). Hur kan man trösta ett barn som mist någon av sina nära och kära? Och hur pratar man om döden med ett barn? Den här boken inbjuder till både diskussioner och egna funderingar kring det här svåra ämnet.

I mitt hjärta finns du kvar : om sorg och saknad av Elin Lindell och Jennie Persson (2017). Unga människor berättar om deras upplevelser av förlust. En psykolog berättar hur sorg kan ta sig uttryck och ger råd för den som sörjer. En begravningsentreprenör går igenom hur det går till vid en begravning.

Saknar dig! Till dig som har förlorat ett syskon i cancer av Barncancerfonden (2016). Vänder sig direkt till dig som har förlorat ett syskon. Innehåller information, stöd och råd i kortfattat och lättläst format.

Sorg på olika sätt av Linda Palm (2019). En bilderbok om sorg bok för de yngsta, en bok för att utforska hur sorg kan kännas på olika sätt.

Varför dör man? Av Eirik Newth (2006), En lättläst och faktaspäckad bok som innehåller de flesta frågeställningar som uppstår när döden kommer på tal.

Visst får du gråta : en bok för barn som sörjer av Michaelen Mundy (2001). En bok att ta hjälp av för att prata om sorg med barn, att det är okej att vara ledsen och att det är bra att prata om sina känslor.