



AKADEMISKA
BARNSJUKHUSET

Att amma på neonatalavdelning

Information till mammor som har barn på intensivvårdsavdelningen för
nyfödda, 95 F



Har du frågor, kontakta:

Kontakta oss via e-tjänster på www.1177.se



Vänd sida för
att läsa mer!

Att amma på neonatalavdelning

När kan man börja amma?

Det beror på hur barnet mår och vilken behandling det har, tala med personalen om vad som gäller ditt barn.

Barnet kan börja läggas till bröstet så snart det andas själv utan respirator, oavsett mognadsvecka eller ålder. Syrgasgrimma och CPAP är inget hinder.

Ju oftare ett för tidigt fött eller sjukt nyfött barn får ligga vid bröstet och få mjölk i munnen, desto fortare lär det sig suga. Övning ger färdighet!

Hur ofta ska man amma?

Ju oftare du lägger barnet till bröstet, desto snabbare kommer mjölken igång och barnet lär sig suga. Det varierar mycket mellan barn hur många sugstunder de har per dygn.

Många friska barn har 8–12 eller fler längre sugstunder per dygn, däribland en eller flera gånger på natten. Barn äter olika mängder olika tider på dygnet. Många äter oftare på kvällen. Barnet ammar ofta för att känna mammas närhet och för att det är mysigt. För barnet är amning inte alls bara mat, utan ett sätt att umgås och få tröst.

Det kan gå bättre att amma om....

- det är tyst och lugnt så att barnet inte distraheras
- när barnet inte har ljus i ögonen.
- du som mamma känner att du sitter, ligger eller står i en position som du trivs med och som du känner att du kan slappna av i.

För tidigt födda barn kan suga och svälja mjölk, oavsett vilken vecka de nått.

Barnet suger först några få gånger i följd, med långa pauser, inte så starkt. Det kan ta en lång stund innan barnet är nöjt.

Med tiden suger barnet mer och starkare.

Amningsställning

Hjälp barnet ligga intill dig, med böjda armar och ben, stöd mot fotsulorna, huvudet rakt fram mot bröstvårtan och kroppen rak.

Låt barnets huvud vila i din hand, då kan du lättare ha kontroll över barnet och se till att det har fria luftvägar och inte ”tappar hakan”.

Ha gärna kudde under barnet så det kommer i höjd med bröstet.

Låt barnets undre arm ”hålla om dig”, efter din sida, så kommer den inte i vägen framför bröstet.

Håll gärna barnet innanför dina kläder, hud mot hud, med filt och mössa på när det behövs.

Ett för tidigt fött barn trivs bäst när man håller det med händerna stilla.

Om du vill kan du stödja bröstet, gör det underifrån med tummen över och fingrarna under.

Undvik att trycka eller dra i bröstet då det kan blockera mjölkgångar och att luta dig framåt då det kan slita i bröstvårtan. Känn efter så att du sitter, ligger eller står bekvämt och kan slappna av – släpp ner axlarna.

Du ser att barnet ligger bra vid bröstet om det har gapat stort över både bröstvårtan och en del av vartgården. Det har tungan nere mot underläppen, och läpparna vikta utåt. Nästippen är i kontakt med bröstet. Hakan är ”inbörad” i bröstet. När bröstvårtan berör gomtaket stimuleras barnet att suga och mjölkflödet och mjölkproduktionen stimuleras.

Hur visar barnet att det vill amma?

För tidigt födda och sjuka nyfödda barn kan visa sökbeteende och fatta tag om bröstet från första början, men inte alltid lika tydligt som friska, fullgångna barn.

Barnet visar att det är redo att amma då det söker efter bröstet, gapar, räcker ut tungan, rör på läpparna, vänder huvudet åt sidan eller håller handen mot munnen. Lägg barnet till bröstet när du ser att det söker, oavsett när det åt senast.

Gråt är ofta ett sent tecken på hunger, då har barnet ofta visat tecken på att det vill amma länge. Ett förtidigt fött barn gråter vanligen inte för att det är hungrigt. Vänta inte tills barnet skriker.

Om barnet inte söker kan du prova att locka barnet att suga genom att röra vid barnets läppar med bröstvårtan eller ett finger, så kanske det gapar. Pressa ut litet mjölk, så barnet känner smaken. När barnet gapar stort drar du det tätt intill dig.

Om barnet ser trött ut eller sover vid planerad mattid kan du prova att lägga det vid bröstet: beröringen kan hjälpa barnet att vakna. Men om det fortsätter att blunda, är helt avslappnad, ”tappar hakan” och gäspas så vill barnet vila.

Hur kan man veta att det kommer någon mjölk?

- Du kan känna att det kommer mjölk när du pumpar ut mjölk och när barnet suger: Det ”pirrar” i bröstet, drar ihop sig eller känns varmt (men alla känner inte det). Det droppar mjölk från bröstet.
- Du hör att barnet sväljer – kan låta som om barnet ”stöter” lite.
- Närmaste tiden efter förlossningen kan du känna sammandragningar eller att det rinner avslag.

Hur märker man att barnet får i sig mjölk?

Barn som sondmatas

Efter amning kan det komma färsk mjölk då man kontrollerar att sonden ligger i magsäcken (Men; barnet kan ha fått i sig mjölk vid amning utan att detta syns vid kontroll av sondläget, det beror på var sonden ligger i magsäcken). Barnet kan må illa eller kräkas i samband med sondmatning, eftersom att det fått i sig så mycket mat.

Under amning

När barnet sväljer kan det höras ett svagt ”stöt ljud” eller att det klunkar (om mjölken rinner fort). Att sugrytmen ändras från snabb till långsam kan betyda att barnet får i sig mjölk.

Ett sätt att veta hur mycket mjölk barnet har fått är att väga det före och efter amningsstunden. Ett annat sätt att veta att barnet får i sig mjölk vid amning är att trappa ner barnets tillmatning och i stället amma allt mer. Ökar barnet i vikt då vet du att barnet får i sig vid amningen.

Fördelar med amning och bröstmjölk

För alla barn

Mjölken ger visst skydd mot förkylning, allergi, öroninflammation, luftvägsinfektioner, magsjuka, urinvägsinfektioner och en del svåra infektioner, under spädbarnstiden och senare. Ammade barn svarar bättre på vaccinationer

För barn som fötts för tidigt

Bröstmjolk tolereras mycket bättre än modersmjölksersättning av barn som fötts för tidigt. När barnet föds för tidigt innehåller mammas mjolk mer protein och fett den första månaden - just vad barnet behöver. Mammas kroppskontakt gör att hennes mjolk ger visst skydd mot smittämnen i barnets vårdmiljö.

När barnet suger på mammas bröst känner det hennes närhet med känsel, doft, smak, hörsel och syn. Barnet andas och syrsätter sig bra när det suger på bröstet och får i sig mjolk.

För mamman

Ammande kvinnor återgår snabbare till sin vanliga vikt. Amning ger även ett visst skydd mot bröst- och äggstockscancer.

Övergång från sond till amning

Du bestämmer hur du vill göra, men hör med personalen hur du kan samordna amning och tid för tillmatning och hur du kan göra gällande övergången till amning från sond/kopp.

Nedtrappning av tillmatningen, upptrappning av amningen

Då barnet ökar i vikt och du märker att det ammar allt bättre kan man börja trappa ner tillmatningen och öka amningen. Hur snabbt denna nedtrappning sker beror helt på hur barnet mår, vad det orkar samt hur det ökar i vikt.

Amningsvägning

Målet med amningsvägning är att minska tillmatningen så snart som möjligt. Tanken är att barnet vägs före och efter varje amning. Det barnet ökat i vikt räknas om så att en milliliter motsvarar ett gram. Den mängd barnet ammat dras av från barnets ordinerade matmängd.

En del mammor tycker det är stressande att amningsväga och andra tycker att det fungerar utmärkt. Känn efter hur du tycker att det fungerar.

Att amma fritt

Första tiden ett barn som varit i behov av tillmatning får amma helt och hållet ("amma fritt") kan det vara bra att barnet fortfarande väcks varannan till var tredje timme för att ammas. Då barnet har en stabil och bra viktuppgång kan barnet själv få börja bestämma hur ofta det vill amma.



1177

Du hittar information och tjänster för din hälsa och vård på webbplatsen 1177.se. För sjukvårdsrådgivning ring 1177, öppet dygnet runt.



Kontakt Akademiska

Akademiska sjukhuset nås via:
Patientkontakt 018-611 30 33,
patientkontakt@akademiska.se
Växel 018-611 00 00
www.akademiska.se