

Patientinformation

Mastit

Mastit eller ”mjölkstockning” är en inflammation i bröstet som kommer plötsligt cirka tio dagar efter en förlossning. Mjölkstockning förekommer oftast i ett bröst. Den vanligaste orsaken är att mjölken hindras från att tömmas i samband med amning, vilket exempelvis kan bli resultatet om barnet har ett för litet tag om bröstet som gör att utdrivningsreflexen av bröstmjölken hindras.

Vid mjölkstockning uppstår en inflammation som känns som en förhårdnad/knöl i bröstet. Den är ofta avgränsad, värmeökad, rodnad och smärtsam. Sprickor, klämda/snedsgugna eller såriga bröstvårtor kan förekomma. Dessutom feber, huvudvärk, muskelvärk och frossa.

När man besväras av mjölkstockning ska man ta det lugnt och finna stunder för vila. Mat och dryck är viktigt, liksom att fortsätta amma eller pumpa bröstet om amning inte är möjligt. Amma på barnets signaler – barnets sugande är den bästa metoden för läkning.

När du ska amma är det viktigt att du värmer bröstet innan amningen med en varm dusch eller en varm rispåse. Det hjälper mjölken att rinna till bättre och då töms också bröstet lättare. En lätt strykning med handflatan över förhårdnaden under amning kan underlätta flödet.

Om barnet har svårt att få tag om bröstet kan du handmjölka lite innan så att bröstvårtan blir något mjukare. Växla amningsställning och låt barnet suga från olika håll på bröstet så att bröstet blir tomt på bästa sätt. Barnets haka bör ligga mot förhårdnaden på bröstet då det bäst hjälper till att tömma förhårdnaden.

Om det är för smärtsamt att amma kan brösten tömmas med hjälp av en bröstpump. Undvik att använda tajta kläder. Använd en rymlig bh samt fetvadd eller fleece-/ullinlägg som ger värme och lindring.

Vid behov kan smärtlindring tas och då rekommenderas tablett Alvedon 1 g, max 4 gånger per dygn, som med fördel kan kombineras med tablett Ibumetin 400 mg, max 3 gånger per dygn, jämnt fördelat över dygnet.

Om du inte mår bättre inom de närmaste två dyggen – sök ny vårdkontakt.