

Att uppleva amningssvårigheter

Att börja lära sig att amma kan vara en utmaning som innebär en balansakt mellan att förstå och möta barnets behov samt att förstå dig själv och dina egna behov. Om barnet är för tidigt född eller i behov av utökad vård kan utmaningarna bli ännu större!

När amningen är svår tvivlar många och det är inte ovanligt att känna misstro kring kroppens förmåga att amma och osäkerhet kring hur relationen med barnet skall främjas. Ibland kan ilska gentemot dig själv, barnet och omgivningen uppstå. Amning kan upplevas som en ensam och svår kamp.

Känner du igen dig? Det finns stöd och hjälp att få. Du kan prata med personalen, både på BB och Barnhälsovården eller Amningsmottagning.

Det är viktigt att ni får hjälp med det praktiska kring att möta era egna och barnets behov. Det kan innebära att få råd och stöd kring amning, att övergå till pumpning och matning med egen urpumpad mjölk eller att mata barnet med ersättning.

Ibland kan amningssvårigheter lösa sig men det kan också leda till nedtrappning av amning och/eller amningsavslut.

Oavsett om barnet ammas eller inte, är matning en stund för avkoppling, närhet, hud- och ögonkontakt, kärlek och samspel mellan dig och ditt barn.

Du är värdefull för ditt barn, precis som du är!

Förutom att få praktiskt stöd är det viktigt att du får möjlighet att samtala kring de svårigheter du har upplevt och de känslor du har.



Även medföräldern eller partnern kan behöva prata kring sina känslor och upplevelser. Vi finns till för dig och din familj så att ni ska kunna må bra i den nya situationen som föräldrar.