

# Barnet har inte lärt sig att ta bröstet ännu

Det kan vara svårt att veta varför ett barn inte får tag om bröstet. Barnet är beroende av att dess amningsreflexer fungerar bra för att kunna ta tag i bröstet och börja suga effektivt. Amningsreflexerna kan påverkas av en svår eller lång förlossning eller om barnet inte kunnat ligga ostört hud-mot-hud för att söka bröstet under de första timmarna efter förlossningen. Det kan kännas oroligt och sorgligt. Ha tålamod, detta är i stort sett övergående och de allra flesta barn kommer så småningom att lära sig att suga bra. För en del barn kan detta ta någon eller några dagar, för andra någon eller några veckor.

## Hud-mot-hudkontakt

Hud-mot-hudkontakt ger bäst förutsättningar för att få igång amningen - låt barnet träna sig på att söka efter bröstet. Det gör även att barnet håller värmen och blodsockret bättre samt att du får ökad frisättning av amningshormonerna för att lättare få igång mjölkproduktionen. Barnet kan ligga hud-mot-hud så länge det är under uppsikt (den ena föräldern är vaken). Om ni ska sova båda två kan ni lägga barnet i ryggläge i sin säng.



## Stimulera igång och upprätthåll mjölkproduktionen

Lugn och ro är viktigt. Se till att ni får äta och vila.

- Börja med handmjölkning så snart som möjligt efter förlossningen. Handmjölka lite och ofta – personalen kommer ge er ett "Kolostrumkit" för uppsamling av råmjölken.
- Du kan övergå till pumpning på andra dygnet. Stimulera bröstet minst 8 gånger/dygn för att komma igång med en god mjölkproduktion.

## Mata barnet med egen bröstmjök

Även om det under de första dygnet bara kommer några droppar eller någon milliliter, är råmjölken som ges lite och ofta tillräcklig för barnet så länge det inte finns medicinska skäl för tillmatning med mjök utöver din egen.

Matning med spruta, tesked eller kopp fungerar oftast bra under första veckan. Om ni vill amma är det bra att undvika flaskmatning. Barnets sugteknik är helt annorlunda vid flaskan jämfört med bröstet. Tidig flaskmatning kan förvirra och göra att barnet inte gapar stort nog för att ta tag om bröstet. Ni kan ta ställning till behov av matning med flaska utifrån hur er amningsituation utvecklas framöver.

## Amningsförsök – lite och ofta

Erbjud bröstet så snart barnet börjar visa sökbeteende – men tvinga aldrig! Om barnet gråter trösta det först och pröva sedan igen.

Pröva att låta barnet "börja om från början" med så kallad "**aktiv Laid-back**" för att stimulera igång amningsreflexerna:



- Lagg dig i Laid-back amningsposition (på rygg med lätt höjd huvudända) med barnet liggande på mage helt vänt mot dig med ansiktet nära det ena bröstet. Barnets händer ska vara fria uppe på dig som stöd för att kunna lyfta huvudet upp och ner för att söka sig till bröstet
- Låt barnet själv söka bröstet en stund. Så snart barnet blir oroligt, ledset eller trött gör dig redo för att flytta barnet till andra bröstet - handmjölka fram lite råmjök på det andra bröstet innan du flyttar barnet dit
- Upprepa och flytta barnet mellan brösten några gånger för att aktivera sökandet.

Prova lite och ofta – oftast räcker det med 10 minuters försök att få tag i bröstet. Avsluta varje amningsförsök med handmjölkning/pumpning och matning av din mjök.

## Kan en amningsnapp vara till hjälp?

Det kan ibland vara lättare för barnet att få tag om bröstet med hjälp av en amningsnapp. Ett nyfött barn kan ha svårt för att stimulera igång mammans mjökproduktion och få i sig en tillräcklig mängd mjök om amningsnappen börjar användas de första dagarna. Det är därför **bäst att vänta** med amningsnapp tills mjökproduktionen har börjat etablera sig – oftast cirka 3–4:e dygnet efter förlossningen.