

Amningsnapp

En amningsnapp kan vara ett bra hjälpmedel om barnet har svårt att få tag om bröstet. Det är viktigt att stimulera igång mjölkproduktionen och mata barnet i första hand med den egna mjölken. Avvakta med nappen och stöd ditt barns försök att ta tag om bröstet med mycket hud-mot-hudkontakt. När mjölkproduktionen har börjat etablera sig på **cirka 3-4:e dygnet** och om barnet fortsatt inte får tag om bröstet kan du prova med en amningsnapp.

Rätt storlek för att amningsnappen ska sitta bra

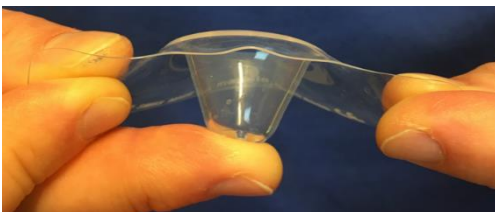
Amningsnappen ska sitta åt över bröstvårtans bas och det ska finnas utrymme för bröstvårtan att förlänga sig under amning för att hamna långt ut i amningsnappen. Det är viktigt att ha rätt storlek på amningsnappen.

Du har storlek:(ringa in) **16 mm** **20 mm** **24 mm**

Handmjölka för att forma bröstvårtan samt fukta vårtgården och amningsnappen med bröstmjolk före amning



Använd tummen och pekfingret på båda händerna för att greppa tag om nappens vingar



Täck över hålen med långfingret och håll kvar så att vakuum bildas - vräng lätt på nappen



Sätt på nappen och dra samtidigt i vingarna tills nappen vänds tillbaka och skölden ligger tätt mot bröstet. Då bildas vakuum, nappen sitter bra och du behöver inte hålla den på plats med dina fingrar.

Den utskurna delen av nappen vänds åt det håll där barnets näsa kommer vara.

Nackdelar med amningsnapp

Nappen kan innebära ett extra moment när du förbereder dig för att amma. Amningsnappens fasta yta gör att barnet relativt lätt kan ta litet tag om bröstet. Det tunna silikonet gör att du eventuellt inte känner av smärtan

- Amningsstunden blir längre medan barnet kan få i sig mindre mjölk
- Brösten töms inte ordentligt vilket ökar risken för mjölkstockning och problem med mjölkproduktion
- Amningen kan bli smärtsam och bröstvårtorna såriga - risken ökar för bakterie- eller svampinfektion i brösten.

Kolla alltid noga att barnet har fått ett bra tag om bröstet; du känner inte någon smärta, barnet har runda kinder, hakan pressas djupt in i bröstet och det finns en dubbelhaka, käkmusklerna arbetar och barnet sväljer hörbart.

Viktigt med extra pumpning i början

Extra pumpning/handmjölkning (s.k. stimulanspumpning) rekommenderas för att **tömna båda brösten efter ett antal amningar per dygn**. Detta kan förebygga problem som kan uppstå till följd av användning av amningsnapp.

Antalet stimulanspumpningar per dygn beror på amningssituationen;

- Då barnet suger effektivt vid bröstet: stimulanspumpa **3–4 ggr per dygn**
- Då barnet behöver matas extra: stimulanspumpa **efter barnets behov** för att mata med din mjölk

Du kan sluta med extra pumpning när du känner att du har bra mjölkproduktion, brösten är bekväma, barnet får ett bra tag och går upp i vikt. Var uppmärksam på tecken på mjölkstockning så som: feber, infektionskänsla, brösten blir knöliga/ömmande/rodnade och återgå till att pumpa extra vid behov.

Fasa ut amningsnappen

Amningsnapp kan användas under en kortare eller längre period, beroende på hur väl det fungerar. Det är lättare att fasa ut en amningsnapp om barnet har ett stort tag om bröstet. Här är några förslag på hur du kan ta bort nappen;

- Lägg barnet till bröstet med nappen som vanligt: invänta en paus i sugandet, lossa barnet, smyg bort nappen och prova att lägga till barnet igen utan napp
- Prova att lägga barnet till bröstet när det är halvsömnigt och ganska lugnt
- Handmjölka, pumpa eller tvätta bröstvårtan så att den blir styv före amning, det blir därmed lättare för barnet att få ett stort tag
- Prova olika amningspositioner och invänta att barnet gapar stort.

Ta det försiktigt, stressa inte barnet. Det gäller att prova sig fram och hitta sitt sätt. Ibland växer barnet helt enkelt ifrån amningsnappen.