

## Bröstkompressioner och växelamning

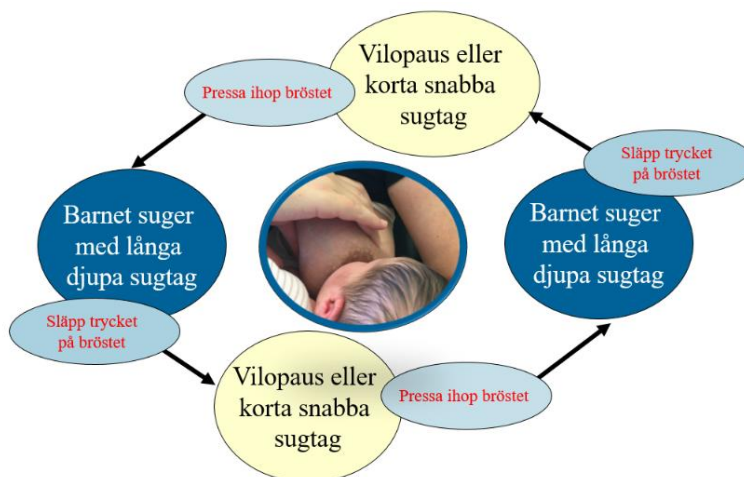
Vid de tillfällen då mjölmängden understiger barnets behov och/eller barnet inte suger effektivt kan **bröstkompressioner** användas för att öka mjölkflödet från bröstet och därmed barnets mjölkintag. Det fungerar bra under både råmjölksfasen och efter att mjölkproduktionen har kommit igång

Bröstkompressioner hjälper genom att;

- Kompensera för ineffektiv sugteknik.
- Håller igång det trötta barnet.
- Förstärker mjölkutdrivningsreflexen
- Ger bättre brösttömning och ökat fettintag

Tekniken innebär en växling mellan att komprimera/pressa ihop och släppa på trycket på bröstet;

- I samband med vilopausen mellan aktiva sugstunder tar du ett ordentligt tag om bröstet och varsamt pressar ihop det
- Fortsätt att pressa ihop bröstet tills att barnet börjat suga aktivt och svälja
- När barnet gör nästa vilopaus i det aktiva sugandet görs samtidigt en ny kompression av bröstet.



Använd tillsammans med **växelamning** för att öka på mjölkproduktionen;

- Byt bröst så snart barnet suger ineffektivt, somnar ifrån eller blir frustrerat
- Amma båda bröstet flera gånger.