

Tillmatning och övergång till helamning

Ibland kan det nyfödda barnet behöva extra mjölk utöver amning. Barnet tillmatas alltid med egen bröstmjölk i första hand. Vid behov kan bröstmjölk från donator eller bröstmjölksersättning ges. Mängden och hur ofta bestäms utifrån barnets behov. Om du önskar amma sker matning med kopp eller slang vid bröstet för att barnet ska få bäst möjlighet att lära sig amma.

Amma så mycket så möjligt och pumpa extra

För att få igång mjölken är det viktigt att barnet ammas ofta, åtminstone innan varje tillmatning och gärna mellan matningarna.

- Kontrollera att barnet har ett bra tag om bröstet
- Använd **bröstkompressioner** för att öka mjölkflödet; pressa ihop bröstet och släpp sedan på bröstet i takt med vilopauserna i barnets sugande
- Amma båda brösten vid varje amning alternativt **växelamma** dvs. byt bröst flera gånger (till exempel amma höger, vänster, höger, vänster)
- Stimulera mjölkproduktionen genom att handmjölka/pumpa extra några gånger per dag utöver amning. Oftast räcker det med en bra handpump.

Tillmatning när ni kommit hem

Om barnet behöver fortsätta med tillmatning kan ni mata med kopp eller slang vid bröstet i hemmet. Suger barnet bra vid bröstet kan ni begränsa mängden ersättning för att barnet ska ammas mer.

Oftast räcker det med **20 ml, max 6 ggr per dygn** (cirka var fjärde timma).

För ert barn rekommenderar vi:.....

VIKTIGT: tillmatning ges utöver amning. Håll barnet mycket hud-mot-hud och fortsätt amma så ofta som möjligt - det är vanligt med 12 eller fler amningar/dygn men bör vara absolut minst 8 amningar /dygn (prova innan, mellan och efter matning).

Övergå till helamning

Ni kan sluta med tillmatning vid tecken på att mjölkproduktionen börjar etablera sig och barnet får i sig mer bröstmjölk (cirka 3–4:e dygnet efter förlossningen);

- Brösten blir varmare, tyngre och fylligare
- Barnet får ett bra tag om bröstet, suger med långa djupa sugtag och det hörs att barnet sväljer ibland
- Brösten känns påfyllda och spända före och mjukare efter amning
- Barnet kissar och bajsar flera gånger per dygn.

Boka en tid för viktkontroll hos BB-mottagningen eller BVC inom 2–3 dagar efter avslutad tillmatning för viktkontroll och ökat amningsstöd.

Råd om amningen inte fungerar

Var uppmärksam på om ert barn efter 2–3 dygns ålder:

- Enbart "småsnuttar" och somnar ifrån amning eller skriker länge och ofta
- Inte får tag om bröstet eller om amningen är smärtsam och du får sår
- Bajsar endast små mängder mörk avföring och kissar små mängder koncentrerad urin.

Försök öka barnets mjölkintag vid bröstet

- Var hud-mot-hud med barnet så mycket som möjligt så att barnet har ständig tillgång till bröstet
- Prova med olika amningspositioner - var noga med att barnet får ett bra tag vid bröstet och amma båda brösten
- Prova med bröstkompressionsteknik för att öka på mjölkflödet
- Handmjölka eller pumpa lite innan amningsförsöket för att underlätta barnets tag. Blir barnet otåligt kan ni erbjuda lite mjölk som ett smakprov
- Om barnet inte har fått ett bra tag om bröstet efter cirka 10 minuters försök eller om ni blir stressade; **avbryt, pumpa och mata barnet.**

Då barnet inte får tag i bröstet

Om amningen inte fungerar och barnet inte får tag om bröstet kan ni behöva fortsätta med tillmatning. Följ barnets hungersignaler - mata med bröstmjölk, bröstmjölksersättning eller en blandning av båda, minst 8 gånger per dygn

- Vid 3 dygns ålder kan ett barn som inte ammas behöva 30–40 ml per mål. Mängden ökas successivt upp med ca 10 ml varje mål för varje dag

Kontakta BB-mottagningen, BVC eller Amningsmottagningen för mer hjälp.