

Patientinformation

Tillmatning och övergång till helamning

Ibland kan det nyfödda barnet behöva extra mat, s.k. tillmatning, utöver amning. Barnet matas med en annan mammas mjölk från mjölkbanken eller med modersmjölksersättning. Mängden och hur ofta barnet matas bestäms individuellt beroende på matningsorsaken. På BB sker matning med kopp eller ”slang vid bröstet”. Detta för att undvika ”tutförvirring” då barnet suger på olika sätt på bröstet och nappflaska.

För att mamman ska få igång mjölken är det viktigt att barnet ammas ofta, men åtminstone innan varje tillmatning. När din mjölk börjar rinna till och vid tecken på att barnet får i sig mer vid bröstet, kan du övergå till helamning. Om du är kvar på BB tas ofta en matvikt för att se hur mycket barnet har fått i sig vid bröstet. Barnet vägs före och efter amning.

Om du behöver fortsätta med tillmatning vid hemgång från BB:

- Begränsa mängden ersättning och uppmuntra barnet att suga vid bröstet oftare
För de flesta barn räcker det med 20 ml, max 6 ggr per dygn (cirka var fjärde timma)

För ditt barn rekommenderar vi

- Fortsätt mata med kopp eller slang vid bröstet för att ge barnet bästa chans att komma igång med amningen.

Vid amning:

- Kontrollera att barnet har ett bra tag.
- Barnet kommer vilja suga oftare för att öka mjölkproduktionen. Amma båda brösten vid varje amning alternativt växelamma dvs. byta bröst flera gånger (t.ex. amma höger, vänster, höger, vänster)
- Använd bröstkompressionsteknik för att öka mjölkflödet från bröstet; pressa ihop bröstet och släpp sedan på bröstet i takt med vilopauserna i barnets sugande
- Om du är osäker på om barnet tömmer bröstet effektivt kan du pumpa ur brösten efter amning. Oftast räcker det med en bra handpump.

Du kan sluta med tillmatning vid tecken på att mjölken börjar rinna till och barnet får i sig bröstmjölken (vanligtvis 2-4 dygn efter födseln);

- Brösten blir varmare, tyngre och fylligare
- Barnet får ett bra tag om bröstet
- Barnet suger med långa djupa sugtag och det hörs att barnet sväljer ibland
- Bröstet känns påfyllt och spänt före och mjukare efter amning
- Barnet kissar och bajsar fler gånger och i rikligare mängd än tidigare.

Boka en tid för viktkontroll hos BVC inom 2-3 dagar efter avslutad tillmatning för att se att allt är bra med barnets viktuppgång.

Om amningen inte fungerar kan du behöva fortsätta med tillmatningen- vänd för mer information

Inköpstips:

- Vid tillmatning av små mängder under kort tid kan du köpa Tetrapak med färdigblandad modersmjölksersättning. Vid ökade behov använd pulverersättning som blandas för varje mål.
- Matningskopp (Medela) finns att köpa på Apoteket på NÄL eller Babybutik.
- En slang för matning vid bröstet lämnas ibland av BB-personal och kan användas hemma i max 2-3 dagar. Vid fortsatt matning med slang vid bröstet kan ett Tillmatningssystem (Medela) köpas.

Råd om amningen inte fungerar

Amningsstarten kan vara svår och det kan dröja tills barnet lär sig suga ordentligt vid bröstet. Du kan behöva mata till om ditt barn:

- inte får tag om bröstet eller om amningen är smärtsam och du får såriga bröstvårtor
- enbart ”små snuttar” och somnar ifrån under amning *eller* skriker hela tiden

Var uppmärksam- om barnet bajsar små mängder mörka avföringar och kissar små mängder koncentrerad urin efter 2 dygns ålder kan det vara ett tecken på att barnet får i sig för lite. Be alltid om hjälp och råd hos BB eller BVC innan du börjar med tillmatningen.

Det är viktigt att komma igång med regelbunden pumpning. En bra handpump kan räcka i ett par dagar men därefter behövs oftast en elektrisk pump:

- Pumpa 8 ggr per dygn (2-4 timmars intervall). Försök sova 4 timmar i sträck någon gång på natten men missa inte nattpumpningen helt; frisläppning av hormoner i samband med amning nattetid hjälper till mjölkproduktionen.
- Börja med att pumpa 5 minuter på varje bröst för att öka pumpningstiden till 10-15 min per bröst, i takt med att du vänjer dig. När mjölken rinner till ska du pumpa tills det kommer enstaka glesa droppar mjölk, vanligtvis mellan 5-15 min per bröst.

Du kan mata barnet med din egen urpumpade mjölk, modersmjölksersättning eller en blandning av båda. Följ barnets signaler och öka mängderna efter barnets behov: vid 3 dygns ålder kan ett barn som inte ammas behöva 30-40 ml, 6-8 gånger per dygn. Mängden ersättning ökas successivt upp under första veckan med ca 10 ml varje mål för varje dag.

Vid 7-10 dagars ålder har barnet oftast kommit upp till ca **80-120 ml 6-8 gånger per dygn.**

- En riktigt mätt bebis brukar inte gråta, söka och visa missnöje mer än korta stunder innan matning eller vid blöjbyte. Om barnet är missnöjd erbjud 10-20 ml till
- Koppmatning är en bra lösning på kort sikt. Om barnet inte börjar suga bättre vid 5-6 dygns ålder kan du övergå till flaskmatning om det känns lättare.

Håll barnet mycket hud-mot-hud och fortsätt träna amningen.

- Ta upp barnet så snart det börjar vakna. Undvik blöjbyte och mycket aktivitet för att försöka lägga barnet till bröstet i lugn och ro.
- Handmjölka eller pumpa lite innan amningsförsöket för att göra bröstet mjukare och underlätta barnets tag.
- ”Laid-back” amningsposition är bra för att förstärka barnets amningsreflexer.
- Om barnet blir otåligt kan du erbjuda lite mjölk på kopp som ett smakprov.
- Om barnet inte har fått ett bra tag om bröstet efter *ca 10 minuters* försök eller om ni blir stressade; avbryt, pumpa och mata till barnet.
- Prova amma även mellan eller efter matning.
- Oftast handlar det om en tidsfråga tills ditt barn börjar amma.

När amningen börjar fungera kan du börja övergå till helamning- vänd för mer information