

Vilken fas?

Initiera

Dag 1-7

Under de första dagarna efter förlossningen aktiveras mjölkproduktionen. Det kallas att "mjölken rinner till".

Bygg upp

Dag 8-30

Under den första amningsmånaden ökar vanligtvis mammans mjölkproduktion¹.

Upprätthåll

Månad 2-6

Vid etablerad amning förblir det dagliga mjölkintaget för ett spädbarn konstant från 1 till 6 månaders ålder².

Vilken mamma?

Koll på amningen

- I Mamman har inga initieringsproblem
- I Barnet äter effektivt vid bröstet



Spädbarnets sugbeteende under den tidiga amningen hjälper till att aktivera mammans mjölkproduktion.

Spädbarnet äter effektivt inom den första timmen efter förlossningen och fortsätter att äta frekvent. Mjölproduktionen är generellt sett initierad mellan dag 2-5³. Många mammor har aktiverat mjölkproduktionen dag 7⁴.



Mamman och spädbarnet grundlägger sin amningsrelation och samarbetar för att bygga upp mjölkproduktionen.

Om mamman och spädbarnet skiljs åt under korta perioder av denna viktiga uppbyggingsfas av mjölkproduktionen kan en personlig pump vara till hjälp.



Mamman och spädbarnet upprätthåller mjölkproduktionen tillsammans.

När mamman har etablerat en god mjölkproduktion och väljer att amma och pumpa ur mjölk är det fortfarande viktigt att effektivt upprätthålla mjölkproduktionen⁵.

För att välja rätt pump måste man beakta hur många amningstillfällen per dag som ersätts genom pumpning⁶. Pumpens verkningsgrad, effektivitet, bekvämlighet och smidighet blir allt viktigare om du kommer att behöva pumpa ofta⁵.

Initieringshjälp

- I Amningsutmaningar för mamman eller barnet
- I Mammor behöver hjälp att initiera mjölkproduktionen



En Symphony-bröstpump med initieringsteknik kan hjälpa till att aktivera mjölkproduktionen⁷.

Barnet åt inte effektivt inom 6 timmar efter förlossningen eller åt färre än 8 gånger om dagen. En Symphony-bröstpump med initieringsteknik kan användas för att komplettera barnets amning vid bröstet för att initiera mjölkproduktionen.



En Symphony-bröstpump kan hjälpa till att bygga upp mjölkproduktionen^{5,7}.

Spädbarnet äter mer effektivt vid bröstet under den första amningsmånaden för att bygga upp mjölkproduktionen. Fortsatt pumpning med en Symphony-bröstpump med 2-Phase Expression-teknik kan hjälpa mammorna att dra full nytta av att de har startat med initieringsteknik⁵.



Mammor kan använda manuella (Harmony) eller elektriska enkelbröstpumpar (Swing) vid korta separationer. Elektriska dubbelpumpar (Swing maxi eller Freestyle) kan användas vid längre separationer⁵.

I behov av pumpning

- I Hälsoproblem skiljer mamma och barn åt
- I Barnet klarar inte av att äta vid bröstet



En Symphony-bröstpump med initieringsteknik kan hjälpa till att aktivera mjölkproduktionen⁷.

Det första pumpningstillfället bör vara inom den första timmen efter förlossningen⁸; senast inom 6 timmar och fortsatt varannan till var tredje timme⁹. Med hjälp av initieringsteknik fick mammorna ut 67 % mer mjölk dag 7 jämfört med om de enbart hade använt 2-Phase Expression-teknik⁷.



En Symphony-bröstpump kan hjälpa till att bygga upp mjölkproduktionen^{5,7}.

Efter att amningen kommit igång bör den pumpberoende mamman fortsätta pumpa varannan till var tredje timme för att bygga upp mjölkproduktionen. Fortsatt pumpning med en Symphony-bröstpump med 2-Phase Expression-teknik kan hjälpa mammorna att dra full nytta av att de har startat med initieringsteknik⁵.



En Symphony-bröstpump kan hjälpa till att upprätthålla mjölkproduktionen^{5,7}.

Produktionen har etablerats och motsvarar barnets behov. Den pumpberoende mamman bör fortsätta pumpa ofta för att upprätthålla mjölkproduktionen. En Symphony-bröstpump med 2-Phase Expression-teknik kan hjälpa mamman att producera bröstmjölk och att upprätthålla produktionen.

Milstolpar för framgång

- I Tre eller fler tillfällen med gult bajs under 24 timmar från dag 4¹⁰.
- I ≥ 20 ml har pumpats ur vid vart och ett av tre på varandra följande pumpstillfällen⁷.

Milstolpar för framgång

- I Barnet har återfått sin födelsevikt senast efter 10-14 dagar¹¹.
- I Mammor producerar i genomsnitt 750 ml mjölk om dagen efter 2-4 veckor¹².

Milstolpar för framgång

- I Barnet uppvisar konsekvent viktökning i enlighet med WHO:s tillväxtstandarder.
- I Den etablerade mjölkproduktionen upprätthålls för att motsvara barnets behov.

WHO och UNICEF rekommenderar

- I Initiering av amningen inom den första timmen efter förlossningen
- I Enbart amning under de första sex månaderna
- I Fortsatt amning under två år eller mer



Amning

Amning är det bästa för barnet och mamman när så är möjligt.



Initieringsteknik

Är avsett att användas av mammor som är beroende av pump tills dess att sekretorisk aktivering inträffar (pumpning av totalt 20 ml eller mer under tre på varandra följande pumpningar ELLER för användning under maximalt 5 dagar)⁷.



Sjukhusklassad bröstpump

Symphony, en elektrisk dubbelbröstpump för flera användare med initieringsteknik.



2-Phase Expression-teknik

Vid användning av Maximum Comfort Vacuum (vakuumnivå för maximal komfort) hjälper 2-Phase Expression-tekniken mammor att pumpa effektivt och bygga upp/upprätthålla mjölkproduktionen¹³.



Pumpar för personlig användning

Pumparna kan vara manuella, enkla eller dubbla elektriska pumpar för att motsvara olika behov.



Dubbelpumpning

Vid användning av 2-Phase Expression-teknik kan dubbelpumpning ge upp till 18 % mer mjölk med högre energiinnehåll jämfört med enkelpumpning¹⁴.

Referenser

- 1 Kent, J.C. et al. Pediatrics 117, e387-e395 (2006).
- 2 Kent, J.C. et al. Breastfeed Med 8, 401-407 (2013).
- 3 Kulski, J.K. & Hartmann, P.E. Aust J Exp Biol Med Sci 59, 101-114 (1981).
- 4 Nommsen-Rivers, L.A. et al. Am J Clin Nutr 92, 574-584 (2010).

- 5 Meier, P.P. et al. J Perinatol doi: 10.1038 (2016).
- 6 Meier, P. et al. Clin Perinatol 40, 689-705 (2013).
- 7 Meier, P.P. J Perinatol 32, 103-110 (2012).
- 8 Parker, L.A. et al. Breastfeed Med 10, 84-91 (2015).
- 9 Hill, P.D. et al. J Hum Lact 17, 9-13 (2001).

- 10 Lawrence, R.A. & Lawrence, R.M. Elsevier Mosby (2011).
- 11 Crossland, D.S. et al. Acta Paediatr 97, 425-429 (2008).
- 12 Neville, M.C. et al. Am J Clin Nutr 48, 1375-1386 (1988).
- 13 Kent, J.C. et al. Breastfeed Med 3, 11-19 (2008).
- 14 Prime, D.K. et al. Breastfeed Med 7, 442-447 (2012).



Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar, Switzerland
www.medela.com

Sweden
Medela Medical AB
Box 7266
187 14 Täby
Sweden
Phone +46 8 588 03 200
Fax +46 8 588 03 299
info@medela.se, www.medela.se