



Observation	Underlättar amning	Kan försvåra amning	Förslag på åtgärd
<b>Amningssignaler och sök-beteende</b>	Vaken, pigg Söker bröstet Rör på munnen, suger på handen Gapar stort	Sömnig, trött Gråter, skriker Gapar litet	Stöd föräldrar i att tolka barnets amningssignaler Hud mot hud Fri amning
<b>Amningsposition</b>	Bekväm/avslappnad Barnet är nära intill mamman/bröstet Förslag på positioner; Tillbakalutad Sittande Liggande på sidan	Spänd/obekväm Barnet ligger långt ifrån bröstet Barnet ligger med sidan mot mamman och måste vrida på huvudet	Använd vid behov kuddar Visa bilder på positioner Barnets position, mage mot mamma "Hakan i, näsan fri" Visa med tygbröst och docka
<b>Tag om bröstet</b>	Stort tag Barnet suger rytmiskt	Nätt eller litet tag Barnet suger inte rytmiskt	Justera taget och ev. positionen Hud mot hud Handmjölka ut en droppe mjölk
<b>Sugkraft</b>	Barnet suger kraftfullt Sväljljud hörs	Barnet suger inte kraftfullt Inga sväljljud hörs	Justera taget och amningspositionen Stramt tungband? Bröstkompresioner vid behov (ej vid mjölkstas)
<b>Sugmönster</b>	Barnet suger aktivt Suger snabbt i början, sedan långa sugtag Släpper/somnar och är nöjd	Barnet släpper upprepat bröstet Barnet somnar vid bröstet innan det ammat klart	Aktiv amning – stimulera barnet, klä av, växelamma Bröstkompresioner (ej vid mjölkstas) Stimulera bröstet; handmjölka/pumpa Främja mammans oxytocin (tex hud mot hud)
<b>Bröst</b>	Mjukt	Hårt/spänt Rodnat Värmeökat	Cottermans handgrepp vid mjölkstas ca dygn 3–4 Amma, handmjölka OBS! ev. mjölkstockning
<b>Bröstvärta efter amning</b>	Hel Rund Opåverkad	Rodnad, annan färgförändring, klåda Läppstiftsformad/klämd, dragen åt sidan Plana bröstvärtor Sprickor/sår	Justera taget Amningspositionen Bröstvård Pumpa/handmjölka innan amning Amningsmottagning?
<b>Helhetsbedömning</b>	Fungerande amning Positiv upplevelse Smärtfri Lugn mamma	Behöver amningsstöd Negativ upplevelse Obehag Smärta Stressad mamma	Dokumentera Utökat amningsstöd Uppföljning Bekräfta mamman, öka själv-tilliten Prata positivt om barnets förmåga VAS, ev. smärtlindring



Var och en av dessa punkter/frågor ger dig information om vad ni behöver jobba med för att förbättra amningssituationen. Amningsstatus finns även i kapitel 10 i Lär dig om amning.

- Taget om bröstet – är det tillräckligt stort?
- Upplevelse av amningen – hur känns det när barnet ammar?
- Sugkraften – suger barnet kraftfullt eller svagt?
- Sugmönster – suger barnet aktivt eller somnar barnet vid bröstet?
- Bröstvårtans form efter amning – hur ser den ut efter amning?

## Barnets tag om bröstet behöver vara tillräckligt stort.

Sår, smärta, hämmat mjölkflöde, mastit och en otillräcklig viktutveckling hos barnet kan bero på att barnet har ett för litet tag om bröstet vid amning.

**Förslag på åtgärd:** Barnet behöver vara tätt intill mamman, nära bröstet, med huvudet lätt tillbakalutat för att få så mycket bröst som möjligt i munnen. Barnet ska vara vänd mot mamman med hela sin kropp, barnet ska inte behöva vrida på huvudet för att nå bröstet. Hakan i, näsan fri. Låt det ta tid. Ge barnet tid att söka, slicka, gapa stort och ta bröstet på egen hand. Hud mot hud stimulerar barnets amningsbeteende. Prova olika handgrepp och amningspositioner vid behov.

## Mammans upplevelse av amningen.

Barnets första sugtag kan kännas men smärtan bör minska efter en kort stund. Det ska kännas mer och mer hanterbart efter hand. Skatta smärtan med VAS.

**Förslag på åtgärd:** Ihållande smärta kan bero på att taget är för litet, se ovan. Prova även olika amningspositioner samt eventuellt smärtlindring tills det känns bättre. Se över eventuella oralmotoriska orsaker (stramt tungband mm) vid ihållande smärtsam amning och/eller om klickljud hörs vid amning.

## Barnets sugkraft, mammans upplevelse.

Mamman bör känna att barnet suger med kraftfulla tag, inte bara småsuger på bröstet vid amning. Om barnet endast småsuger sker inte en tillräcklig mjölköverföring vilket kan leda till minskad mjölkbildning samt otillräcklig viktutveckling hos barnet.

**Förslag på åtgärd:** Se över barnets tag och position vid bröstet. Barnet behöver ha ett tillräckligt stort tag om bröstet för att kunna amma effektivt (se ovan). Vid tillmatning, välj en amningsvänlig metod. Vid tillmatning med formula, se över mängden och utvärdera om den kan minskas. Se över oralmotorik vid ihållande problem.

## Barnets sugmönster.

Barnet suger snabbt i början med små korta sugtag. Sedan tar barnet långsammare kraftfulla tag med korta pauser i sugandet. Barnet suger aktivt och rytmiskt, det hörs och syns att barnets sväljer mjölk. Efter ett tag blir pauserna längre och längre, barnet slappnar av och släpper tillslut bröstet och/eller somnar.

**Förslag på åtgärd:** Om barnet upprepat släpper bröstet, skriker eller genast somnar kan det bero på utdrivningsreflexen (oxytocinet). Främja utdrivningsreflexen genom att se till att mamman är avslappnad, lugn och trygg och att hon litar på sin egen förmåga. För att hjälpa barnet och för att stimulera utdrivningen kan mamman göra bröstkompressioner vid amning samt praktisera aktiv amning och växelamning. Bröststimulans med hjälp av handmjölkning eller pumpning mellan amningarna om barnet fortsatt inte ammar effektivt. Om barnet upprepat släpper bröstet på grund av ett högt mjölkflöde, prova en tillbakalutat eller en upprätt position och var noga med att barnet har ett tillräckligt stort tag.

## Bröstvårtans form efter amning.

Det går inte att se utifrån om taget är tillräckligt stort eller inte. Titta på bröstvårtan efter amning, den berättar vad som händer inuti barnets mun. Bröstvårtan bör vara opåverkad efter amning, eventuellt något utdragen.

**Förslag på åtgärd:** Justera taget och positionen vid bröstet. Om bröstvårtan är klämd eller sned efter amning tyder det på att barnet har haft ett litet tag eller att barnet har legat för långt åt det håll bröstvårtan pekar. Se punkterna ovan.