

Barnhälsovården amningsstrategi

Barnhälsovårdens roll

Förmedla trygghet och motivation att vilja helamma i sex månader och därefter fortsätta att amma så länge mamma och barn önskar. Barnhälsovårdens uppgift är enligt Innocentideklarationen, att undervisa, motivera och stödja till amning. Ett empatiskt förhållningssätt är grundläggande, använd gärna motiverande samtalsteknik. Var lyhörd! Kontinuerlig kontakt med en och samma BHV-sjuksköterska är att eftersträva.

Vid första besöket

- Samtala utifrån "Min amningsberättelse".
 - Hur tänkte föräldrarna före förlossningen?
 - Hur blev det? Samtala utifrån skattningen av amningsupplevelse när barnet är 1 vecka gammal.
 - Vad fick de för råd? Hur blev det?
- Amningsobservation vid behov.
- Individuell rådgivning utifrån familjens situation och behov.
- Informera om mammans mat, alkohol, rökning och läkemedel.
- Informera om WHO:s och rekommendationer angående barns näringsbehov.

Samtala med föräldrar som önskar amma och som ger barnet napp eller nappflaska om:

- att minska på nappanvändandet vid amningsproblem som till exempel svårighet att etablera mjölkproduktionen, dålig viktuppgång på barnet eller smärtsam amning.
- flaskmatningsteknik som främjar rootingreflexen. Vid svårighet att övergå från flaska till amning: Stoppa inte in flasknappen direkt i barnets mun utan låt barnet söka som vid amning.

Förhållningssätt för personalen

- Var uppmärksam på ditt egna förhållningssätt till amning, amningshjälpmedel och tillmatning. Var ödmjuk och saklig i informationen du ger.

Motivera och stödja

- Efterfråga och samtala om skattad amningsupplevelse utifrån "Min amningsberättelse" vid:
 - 2 månader
 - 4 månader

- 8 månader
- 10 månader
- vid behov och vid amningsavslut.
- Stärk kvinnans tillit till sin förmåga att amma. Sätt ord på det positiva.
- Belys vikten av partners/omgivningens stöd och delaktighet, både praktiskt och emotionellt.
- Locka fram glädjen och tona ned plikterna.
- Besök som gäller amningsproblematik bör prioriteras och om möjligt gärna göras i familjens hem.
- Stöd föräldrarna under hela amningstiden. Uppmana dem att använda oss!
- Vid behov ta kontakt med:
 - amningsombud
 - amningsmottagning
 - FBHV-psykolog
 - kurator/socionom på familjecentralen
- Uppmuntra all form av amning, även sporadisk amning (mamman ammar då det känns bra, då hon har ork och lust och då barnet vill suga. Detta sker så ofta eller så sällan mamman vill. Barnet får urpumpad bröstmjolk eller modersmjölkersättning i den mängd som behövs utöver amningen).
- Samtala kring tankar och känslor kring amningens avslut.
- Vid ev. komplikationer: Följ Amningssakkunniga i Stockholms län (AMSAK) riktlinjer.

Amningsambivalens

Kvinnor som är tveksamma till amning eller inte vill amma ska bemötas med respekt för sitt val och sina känslor för amning. Det är viktigt att de inte känner sig ifrågasatta samtidigt som man bör försäkra sig om att de fått objektiv och riktig information. Stöd och vägled kvinnor som inte önskar amma i annan uppfödning, ta hjälp av 1177. Det är viktigt att dokumentera och göra en vårdplanering i samråd med mamman, precis som när det gäller kvinnor som vill amma.