

For yderligere information se www.gravid.rh.dk

Rigshospitalet
Juliane Marie Centret
Obstetrisk Klinik
Blegdamsvej 9
2100 København Ø

e-mail: obstetrik@rh.hosp.dk

Senest revideret: december 2005
Af oversygeplejerske Pernille Emmersen og
kommunikationsrådgiver Anja Svejgaard



En god start på amningen

- information til forældre

Rigshospitalet har fokus på amning

Alle mødre, der gerne vil amme, skal have en kvalificeret vejledning i amning, som tager afsæt i den aktuelle faglige viden om amning og er tilpasset den enkelte kvindes ønsker og behov. Med andre ord: Ingen må holde op med at amme, fordi de får forkert eller mangelfuld information.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at barnet udelukkende får sin mors mælk i de første 6 måneder, da amning har store fordele for spædbarnet og moderen. Ernæringsmæssigt er modermælk uden sidestykke i de første 6 måneder af barnets liv. Desuden er amning vigtig for at forebygge allergi og infektioner. Amning giver også gode muligheder for, at mor og barn tidligt kan få en tæt følelsesmæssig tilknytning.

om et led i at fremme amning på verdensplan etablerede WHO og UNICEF i 1991 'Det Spædbarnsvenlige Initiativ', som er et program i 10 punkter, som også kaldes 'Ti skridt til vellykket amning'.

Med de ti skridt skabes nogle rammer, som giver dig og din partner gode muligheder for at lære jeres barn at kende og dermed få en god start på amningen.

Rigshospitalet arbejder for at blive godkendt som 'spædbarnsvenligt hospital' i 2006. Det betyder:

1. Alt personale skal have den nyeste viden om amning. De vejleder dig efter fælles retningslinjer, så du får en ensartet vejledning - fra du bliver gravid til du holder op med at amme dit barn. Vejledningen er tilpasset lige netop din situation.
2. Allerede i graviditeten skal du have mulighed for at tale med din jordemoder om amning, så du er godt forberedt til at starte amningen lige efter fødslen.
3. Du får dit barn op til dig umiddelbart efter fødslen/-kejsersnittet, så barnet kan ligge hos dig hud mod hud, indtil barnet viser interesse for at sutte. Hvis det af forskellige årsager ikke kan lade sig gøre lige efter fødslen, hjælper vi dig til at skabe denne kontakt senere.

4. Du får hjælp til at finde ammestillinger, som er gode for dig og dit barn, og du bliver vejledt i at se og mærke om barnet sutter godt på brystet. Du lærer også, hvordan du holder gang i dannelsen af mælk, hvis du og dit barn midlertidigt bliver adskilt-Fint.
5. Dit barn skal ikke have andet end din mælk - medmindre der er en lægelig grund til det. Alle raske nyfødte børn har nok i deres mors mælk, hvis de har ubegrænset mulighed for at sutte på brystet. Hvis dit barn har brug for tilskud til amningen får barnet tilskuddet i et lille bæger, for ikke at forstyrre barnets sutteteknik.
6. Du og dit barn får mulighed for at være sammen hele døgnet, så I kan lære hinanden at kende, og du kan amme, når dit barn har brug for det.
7. For at du kan få ro til at lære dit barn at kende og energi til at tage dig af barnet 24 timer i døgnet, er det vigtigt, at du fortæller familie og venner, at besøgstiden er begrænset til kl. 18.00-20.00 alle dage.
8. Vi anbefaler, at dit barn får lov til at sutte så ofte og så længe, som det har behov for - både dag og nat - lige fra starten. Specielt amning om natten fremmer din dannelse af mælk.
9. Personalet udleverer ikke sut til dit barn, og vi anbefaler, at du venter med at give dit barn en sut, indtil amningen er godt i gang, dvs. når der er rigeligt mælk, og dit barn sutter godt på brystet.
10. Efter du er taget hjem efter fødslen, kan du søge rådgivning og vejledning om amning i vores 'Ammeambulatorium'. Du får nærmere information herom efter du har født.

Er du i tvivl om noget, kan du altid spørge din jordemoder eller personalet på barselsgangen, hvor du er indlagt efter fødslen.

Venlig hilsen

personalet i Obstetrisk Klinik