



## Hvorfor begynde udmalkning tidligt?

- Brystet skal stimuleres inden 6 timer pp for optimal mælkeproduktion
- Moderen kan noget, som de professionelle ikke kan
- Syge børn har også brug for colostrum
- IgA coater barnets tarm
- Alternativt ammemælk eller erstatning

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Prolaktinreceptorer

- Antallet af prolaktinreceptorer i brystkirtlerne stiger den første tid afhængig af stimulation af brystet, og forbliver konstant herefter.
- Mælkeproduktionen afhænger mere af antallet af prolaktinreceptorer end af prolaktinniveauet

De Carvalho M, Robertson S, Friedman A, Klaus M. Effect of frequent breast-feeding on early milk production and infant weight gain. Pediatrics. 1983 Sep;72(3):307-11.

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Prolaktin

- Ingen mælk uden prolaktin
- Normalt prolaktinniveau: 10-20 ng/ml
- Prolaktinniveau ved termin: 200-400 ng/ml
- Ingen amning: normalt niveau efter 7 dage
- Eksklusiv amning/udmalkning: Niveau falder til det halve efter en uge
- Højere under søvn/om natten

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Tidlig udmalkning

- Tidlig og hyppig udmalkning: Adækvat mælkemængde kan opretholdes med færre udmalkninger efter mælken er løbet til
- Sen og uregelmæssig/"sjælden" udmalkning: Adækvat mælkemængde kræver flere udmalkninger. For nogle mødre opnås adækvat mælkemængde ikke

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Udmalkning og amning

- 108 præmature børn
- GA mean 32 + 4 uger (28+2 – 36+4)
- FV mean 1804 gram (879 – 2770)
- Ingen restriktioner i forhold til sygdomme
- Fuld selvregulering mean GA 37+0 uger (32+1 – 40+0)  
mean vægt 2458 gram (1775 – 3350)

Undersøgelse fra Hvidovre neonatalafdeling 2004-2005

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

Gennemsnitlige data	Ammes fuldt 69%	Ammes delvist 11%	Flaske 19%	Total 108 børn
GA	32+4	32+2	32+1	32+6
FV	1884	1709	1573	1804
SR PMA	36+6	37+1	37+2	37+0
SR vægt	2499	2433	2326	2458
Nok mælk dag	5	6	8	5 (68 børn)
Aldrig nok mælk	24%	42%	81%	37%
% mødre med nok mælk v. SR	68	50	10	50%
% mælk af barnets behov	127	87	46	111%
Mean antal udmalk/døgn	4,6	3,8	3,7	4,5

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Konklusion af undersøgelsen

- Hyppigste årsag til ikke er amme et præmaturot barn er manglende mælk
- Problemet opstår tidligt

Derfor:

- Daglig obs på moderens mælkemængde
- Hurtig intervention
- Bliver flere børn ammet, hvis flere mødre har nok mælk?

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Vellykket udmalkning

- Tidlig og hyppig udmalkning indtil mælken løber til (prænatal information om muligt)
- derefter jævnlig udmalkning, max 6 timer mellem udmalkninger, oftest færre timer
- Stile mod barnets behov eller 4-500 ml,
- Manuel stimulering af nedløbsrefleksen
- Brystmassage før og under udmalkning
- Sidde godt, oprejst
- Hud-mod-hud

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Stimulering af nedløbsrefleks

- Undertryk i mælkegangene er smertefuldt
- Massere/trille brystvorterne
- Massere brystet
- Håndudmalkning
- Tænke på, se, føle barnet, hud-mod-hud
- Varme svøb, varmt rum, varme drikke
- Afslapningsteknik, ritualer
- I nødstilfælde: Syntocinonspray

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## El-malkemaskine

En mor der skal malke ud i en længere periode bør bruge en elektrisk malkemaskine

- Lavest mulige vakuum til at mælken løber er den mest optimale måde at tømme brystet på.
- Hvis brystet vænnes til stort vakuum, har mælken sværere ved at løbe ved lavere vakuum.
- Suttetvage børn frembringer kun lille vakuum.

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Øge mælkemængden

- Amning
- Nedløbsrefleks, hud-mod-hud
- Flere udmalkninger
- Massere brystet under udmalkning
- Dobbeltudmalkning
- Natudmalkning
- Mælkefremmende medikamenter?



Jones E, Dimmock PW, Spencer SA. A randomised controlled trial to compare methods of milk expression after preterm delivery. Arch Dis Child Fetal Neonatal Ed. 2001 Sep;85(2):F91-5.

Optimal udmalkning, Ragnhild Måstrup

## Enkelt/dobbeltudmalkning

Metode	Mælkemængde pr. udmalkning
Enkeltudmalkning uden massage	51
Enkeltudmalkning Med massage	79
Dobbeltudmalkning uden massage	88
Dobbeltudmalkning med massage	125

Optimal udvalkning: Ragnhild Mistrup