

Tidlig udmalkning – bedre amning

For mødre der har født præmaturot eller har fået et barn/børn der er overflyttet til neonatalafdeling umiddelbart efter fødslen.

Information til personale på obstetriske afdelinger



Ernæringsundersøgelsen

Neonatalafdelingen på dit sygehus deltager i en interventionsundersøgelse af amning og ernæring af præmature børn. Målet er at undersøge om implementeringen af en række evidensbaserede tiltag, bl.a. tidlig udmalkning, kan medvirke til at øge andelen af præmature børn, der ammes fuldt.

Viden bag tidlig udmalkning

Vi ved at præmature børn, der ammes, har mindre risiko for kritisk sygdom, end børn der er flaskeernærede (Rønnestad 2005, Cristofalo 2013, Hylander 2001). De præmature børn er desuden mere fysisk stabile under amning, end de er i forbindelse med flaskemåltider (Meier 1988, Chen 2000). At ernære sit præmature barn med egen mælk eller at amme hjælper ofte mødre med at komme igennem den svære tid med et barn indlagt på neonatalafdeling (Haslund 2014, Rossman 2013, Flacking 2007). En af mødrenes store udfordringer i forhold til amning er dog forsinket mælkeproduktion (Cregan 2002). Når barnet ikke selv kan komme til brystet umiddelbart efter forløsning, kan vi hjælpe mor med at opstarte udmalkning og dermed ernære sit barn. Jo *tidligere* hun starter udmalkning, jo større er sandsynligheden for at hun kommer til at amme fuldt og jo hurtigere etableres fuld amning (Maastrup 2014). Det er vigtigt at starte udmalkning før 6 timer post partum - jo før jo bedre – barnet har oftest brug for kolostrum inden det er 6 timer gammelt (Maastrup 2014, Murphy 2014, Parker 2010, Furman 2002).

Praktiske tiltag

Der kan være udfordringer forbundet med at opstarte tidlig udmalkning. Både på fødeafdelinger og barselsafdelinger er der mange opgaver at varetage post partum og ved modtagelse. Her kommer nogle praktiske tips til hvordan viden om og opstart af tidlig udmalkning kan udbredes. Vi håber, I alle vil hjælpe os og familierne med at implementere tidlig udmalkning i jeres afdeling.

Svangreafdeling

Når du, som jordemoder eller sygeplejerske, har kontakt til en mor, som har pædiatrisk tilsyn på svangreafdelingen, er det en fordel også at introducere hende for, at hun bør påbegynde udmalkning umiddelbart efter fødslen. Prænatal information forbereder mor (Friedman 2004). Udlever evt. udmalkningspjece og henvis til video på internettet (se link sidst i denne folder).

På fødestuen og opvågningen

Hvor der er tid og rum, informer da gerne om tidlig udmalkning på fødestuen. Det kan både være jordemoder, neonatalsygeplejerske og pædiater der informerer. Selvom vi synes, det kan være et stort krav til mor at malke ud kort efter fødslen, så giv som minimum mor og partner et informeret valg. Der er selvfølgelig situationer hvor mor er for syg til at malke ud, men ofte oplever hun tiden på fødestuen eller opvågningen lang. Her kan hun med fordel bruge tiden på udmalkning med hånd eller brystpumpe evt. med hjælp fra sin partner. Når mor endelig kommer over til barnet vil vi gerne kunne prioritere hud-mod-hud-kontakt, derfor er det en meget god idé at udnytte tiden på fødestue/opvågning til den første udmalkning.

Håndudmalkning

Håndudmalkning er ligeså godt til den første stimulation som brystpumpe. Måske kommer der endda nogle få dråber kolostrum som kan gives til barnet på neonatalafdelingen.

- Udlever evt. pjece om udmalkning.
- Håndudmalk ned i et medicinbæger eller en lille sprøjte.
- Sæt mors label på og skriv dato og klokkeslæt
- Mælken kan holde sig ved stuetemperatur i op til 4 timer.
- Bed evt. far eller anden pårørende om at tage mælken med fra mor til neonatalafdelingen hvis vedkomne går frem og tilbage

På barselsstuen

Da barselspersonale og neonatalpersonale har overlap i deres arbejdsfelt omkring mor og barn kan der opstå tvivl om, hvem der informerer mor og partner om udmalkning og hvis ansvar det er. Hvis du, som barselssygeplejerske, ser mor før neonatalsygeplejersken vil det ofte være en stor hjælp, at du taler med mor om udmalkning. Håndudmalkning er godt til de første udmalkninger, så information om brystpumpe kan vente til de andre gøremål i forbindelse med modtagelse er på plads. Synes du det er mere oplagt at informere om brystpumpe med det samme, er det også en god løsning.

Informér gerne partneren også og giv evt. ham/hende ansvaret for at holde øje med tid og malkeskema. Opfordre gerne parret til at anvende en App med udmalkningsdagbog (f.eks. "Amme og pumpe tracker") eller udlever afdelingens skema.

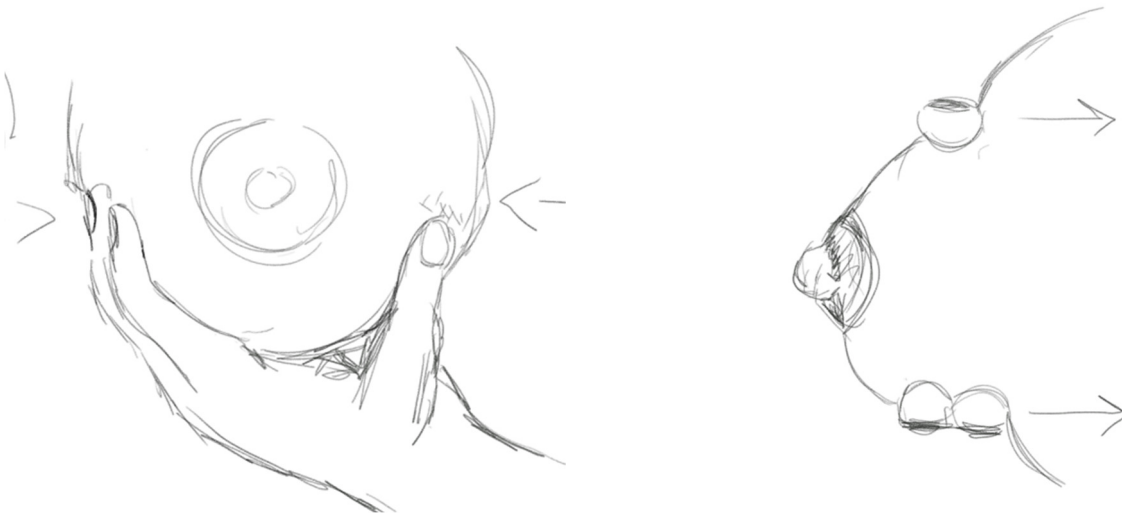
I hovedreglen er det ikke synd for mor at skulle malke ud om natten. Spædbarnspleje om natten er en naturlig konsekvens af moderskab, og det er især vigtigt at stimulere mælkeproduktionen om natten pga. øget prolaktindannelse om natten (Riordan & Wambach 2016)

Introduktion til håndudmalkning

Skridtene til vellykket håndudmalkning er:

- Stryg brystet for at stimulere nedløbsrefleksen
- Massér rundt om areola i små cirkelbevægelser
- Tag om brystet med en "stort-C formation" af hånden
- Tryk ind mod brystkassen
- Klem fingrene sammen (mens trykket holdes mod brystkassen)
- Kort pause
- Gentag de sidste 3 trin i en rytmisk sekvens i ca. 5 minutter ved hvert bryst.

Ofte kommer der blot ganske få dråber ved første udmalkning. Husk at opmuntre og støtte mor i at det alligevel er vigtigt at fortsætte udmalkningen.



Link til video om håndudmalkning på fødestuen

<https://www.youtube.com/watch?v=28EW9CzOILs>

I denne video hjælper personalet med håndudmalkning. I Danmark anbefales en "hands-off" tilgang for personalet.

Referenceliste

Chen CH, Wang TM, Chang HM, Chi CS

The effect of breast- and bottle-feeding on oxygen saturation and body temperature in preterm infants
J Hum Lact. 2000 Feb;16(1):21-7

Cregan MD, De Mello TR, Kershaw D, McDougall K, Hartmann PE

Initiation of lactation in women after preterm delivery
AOGS 2002 Sep;81(9):870-7

Cristofalo EA, Schanler RJ, Blanco CL, Sullivan S, Trawoeger R, Kiechl-Kohlendorfer U, Dudell G, Rechtman DJ, Lee ML, Lucas A, Abrams S

Randomized trial of exclusive human milk versus preterm formula diets in extremely premature infants
J Pediatr. 2013 Dec;163(6):1592-1595

Flacking R, Ewald U, Starrin B

"I wanted to do a good job": experiences of 'becoming a mother' and breastfeeding in mothers of very preterm infants after discharge from a neonatal unit
Soc Sci Med. 2007 Jun;64(12):2405-16

Friedman S, Flidel-Rimon O, Lavie E, Shinwell ES.

The effect of prenatal consultation with a neonatologist on human milk feeding in preterm infants.
Acta Paediatr. 2004 Jun;93(6):775-8

Furman L, Minich N, Hack M

Correlates of Lactation in Mothers of Very Low Birth Weight Infants
Pediatrics 2002 Apr;109(4)

Haslund-Thomsen, H

En antropologisk analyse af forældreskab efter præmaturitet: Moralske eksperimenter i en gråzone mellem sygdom og hverdagsliv.
Aarhus Universitetsforlag, 2013.

Hylander MA, Strobino DM, Pezzullo JC, Dhanireddy R

Association of Human Milk Feedings With a Reduction in Retinopathy of Prematurity Among Very Low Birthweight Infants
Journal of Perinatology 2001 Sep;21:356–62

Maastrup R, Hansen BM, Kronborg H, Bojesen SN, Hallum K, Frandsen A, Kynaeb A, Svarer I, Hallström I
Factors associated with exclusive breastfeeding of preterm infants. Results from a prospective national cohort study.

PLoS ONE 2014 Feb 9(2): e89077 <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.008907>

Maastrup R, Hansen BM, Kronborg H, Bojesen SN, Hallum K, Frandsen A, Kynaeb A, Svarer I, Hallström I
Breastfeeding progression in preterm infants is influenced by factors in infants, mothers and clinical practice: The results of a national cohort study with high breastfeeding initiation rates.

PLoS ONE 2014 Sep 9(9): e108208

<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0108208>

Meier P

Bottle- and breast-feeding: effects on transcutaneous oxygen pressure and temperature in preterm infants.
Nurs Res. 1988 Jan-Feb;37(1):36-41

Murphy L, Warner DD, Parks J, Whitt J, Peter-Wohl S

A quality improvement project to improve the rate of early breast milk expression in mothers of preterm infants.

J Hum Lact. 2014 Nov;30(4):398-401

Parker LA, Sullivan S, Krueger C, Kelechi T, Mueller M

Effect of early breast milk expression on milk volume and timing of lactogenesis stage II among mothers of very low birth weight infants: a pilot study

J Perinatol. 2012 Mar;32(3):205-9.

Riordan, J and Wambach, K

Breastfeeding and Human Lactation

Jones & Bartlett. 2016 (5):90

Rossmann B, Kratovil AL, Greene MM, Engstrom JL, Meier PP

"I have faith in my milk": the meaning of milk for mothers of very low birth weight infants hospitalized in the neonatal intensive care unit.

J Hum Lact. 2013 Aug;29(3):359-65

Rønnestad A, Abrahamsen TG, Medbø S, Reigstad H, Lossius K, Kaaresen PI, Egeland T, Engelund IE, Irgens LM, Markestad T

Late-onset septicemia in a Norwegian national cohort of extremely premature infants receiving very early full human milk feeding

Pediatrics. 2005 Mar;115(3):e269-76