

## Amning

### Amning

Modermælk er altid ved hånden og dækker barnets ernæringsbehov.

Modermælk beskytter barnet mod infektioner og kan i nogen grad forebygge allergi.

Amning er altså på mange måder den bedste start på livet for et lille barn. Det er derfor vores ønske at give dig gode forudsætninger for en vellykket amning af dit barn.

### Forberedelser

Det er vigtigt, at du og din partner i løbet af graviditeten bruger tid på at drøfte jeres forventninger til at amme, og at I taler med jordemoderen om disse.

Ca. når du er i 30. uge vil jordemoderen derfor snakke med dig/jer om amning. Som udgangspunkt for samtalen vil vi gerne have, at både du og din partner læser denne information og sammen udfylder skemaet bagerst. Læg gerne det udfyldte skema i kuverten med vandrejournalen.

### Når barnet er født

Så snart du og dit barn er klar til det, begynder amningen. Som regel får du barnet op til dig umiddelbart efter fødslen. Barnet får lov til at ligge uforstyrret hos dig, indtil det viser interesse for at sutte.

Nogle børn er ivrige efter at komme i gang. Andre har brug for at sunde sig lidt og enkelte er først klar efter et par timers søvn. Det er under alle omstændigheder vigtigt, at barnet får den

nødvendige ro, bliver hos dig og at du beder om hjælp, hvis du har brug for det.

Personalet hjælper dig med at finde gode ammestillinger og god ammeteknik.

### De første par dage

Vi anbefaler, at mor og barn er sammen mest muligt, så barnet får opfyldt sit behov for nærhed og tryghed.

Hvis barnet får brug for tilskud til modermælken, gives det så vidt muligt ved hjælp af et lille bæger.

Brug af sutteflaske de første par dage efter fødslen kan forvirre barnets sutteteknik. Vi anbefaler derfor også, at du venter indtil mælken er løbet til, og amningen godt i gang, inden du giver barnet sut.

Udover jordemoderen kan du altid kontakte sundhedsplejersken i din kommune, hvis du har brug for at tale om amning inden fødslen, eller hvis du får problemer med at amme efter hjemkomsten.

### Barselgæster

Familie og venner vil gerne fejre det nye barn, men nybagte mødre har brug for ro, for at have overskud til alt det nye.

**Besøgstid er derfor begrænset:  
kl. 15–16 og kl. 19–20**

Med venlig hilsen personalet  
Fødeafdelingen

September 2009

**Forberedelse til jordemoder-konsultation i ca. 30. uge**

Har du lyst til at amme?

- Ja
- Nej

Hvis nej, uddyb venligst hvorfor, du ikke ønsker at amme:

---

---

---

---

---

Hvilke overvejelser har du gjort dig om amning?

---

---

---

---

---

Har du ammet tidligere?

- Ja
- Nej

Hvis ja – hvor længe og hvordan gik det?

---

---

---

---

---

---

Er der noget, du vil gøre anderledes:

---

---

---

---

---

Hvilke erfaringer har du med amning fra din mands/kærestes familie?

---

---

---

---

---

Hvilke emner om amning har du og din mand/kæreste talt om?

---

---

---

---

---

---

Gennemgået den \_\_\_\_\_

Ved Jordmoder \_\_\_\_\_

