

Tjek mælken - sådan kan du se om barnet får mælk nok



Alder Gælder for børn født efter uge 37	Uge 1							Uge 2 til 4
	Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4	Dag 5	Dag 6	Dag 7	
Mælk Mælk til barnet	Mindst 4-5 gange 	AMNING: Mindst 8 gange i døgnet, gerne mere FLASKEERNÆRING: Søg vejledning hos sundhedsplejersken om mængden af mad 						
Tissebleer Gennemsnittet af tissebleer over 24 timer	1 tisseble 	2 tissebleer 	3 tissebleer - føles tungere 	5 tunge tissebleer 	6 tunge tissebleer 			
Afføringsbleer Gennemsnittet af afføringsbleer over 24 timer	1 afføringsble 	2 afføringsbleer 	4 afføringsbleer 					
Afføring Farve og konsistens på afføringen	Sort, brun eller mørk grøn afføring - klistret og tyktflydende 	Lysere og mere grønlig afføring 	Skiftet til gul/grøn afføring 		Gul afføring og syrlig lugt. Blød konsistens - kan være grynet 			

Nærvær

Hud mod hud kontakt med barnet

Tæt og nær kontakt til barnet er særlig vigtigt i de første dage, hvor barnet omstiller sig fra livet i livmoderen til livet udenfor

BARNET HAR BRUG FOR:

- **Hud mod hud** kontakt med mor og far
- **Øjenkontakt** og at blive **talt** med
- **Rolige** omgivelser

Tegn på at ville spise

TIDLIGE TEGN - læg gerne barnet til ved de tidlige tegn:

- Suttebevægelser med mund og tunge
- Bevægelser af arme og ben
- Søgen efter brystet, fingre til mund

MELLEM TEGN:

- Uro og klynkelyde
- Uro og gråd ind imellem

SENE TEGN:

- Gråd hele tiden, bevægelse af hele kroppen, rød i ansigtet
- Udmattelse og søvn

Trivsel

Andre tegn der viser, at barnet trives

- **Interesseret** i at spise
- **Vågen** og **opmærksom** i korte perioder fx ved bleskift
- **Veltilpas** det meste af tiden og kan **beroliges** ved tæt kontakt
- **Normal** hudfarve, ikke grå eller bleg

Det er normalt, at barnet:

- Får lidt **gulfarvning** af huden efter 1. døgn, - kaldet gulsot
- **Taber** sig efter fødslen, og kommer på fødselsvægten igen efter ca. 2 uger

Mælk

Hvis barnet ammes mindre end 4-5 gange i det første døgn eller mindre end 8 gange derefter

- Læg barnet hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgn
- Forsøg at fremme barnets søge-og sutterefleks ved at have barnet hud mod hud ved brystet
- Sørg for at skabe ro omkring jer
- Forsøg at presse lidt mælk ud til barnet
- Øg mælkeproduktionen ved at håndudmalke

Tissebleer

- Har ikke tisset indenfor de første 24 timer
- Tisser mindre end beskrevet i skemaet
- Orange pletter i bleen efter 3. dag (Urater)

- Læg barnet hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgn
- Læg barnet til begge bryster under hver amning
- Sikre, at barnet sutter aktivt, vedvarende og I hører synkelyde
- Opsøg gerne råd og vejledning hos sundhedspersonale

Afføringsbleer

- Har ikke haft afføring indenfor de første 24 timer
- Har færre afføringer eller afføringen har en anden farve end beskrevet i skemaet

- Læg barnet hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgn
- Læg dit barn til begge bryster under hver amning
- Sikre, at barnet sutter aktivt, vedvarende og I hører synkelyde
- Opsøg gerne råd og vejledning hos sundhedspersonale

Nærvær

Fordele for barnet ved hud mod hud kontakt

- Bruger mindre energi fra depoterne
- Mere stabil temperatur
- Græder mindre
- Spiser oftere
- Lærer barnet bedre at kende

- Lig hud mod hud med barnet. Det er kun nødvendigt at give barnet en ble på
- Læg det ind til brystet og tag en dyne omkring jer begge

Trivsel

- Er vedvarende uroligt og grædende - er svært at trøste
- Viser tegn på ikke at have det godt
- Er ikke interesseret i at spise

- Forsøg at opfylde barnets behov for mad, bleskift, søvn, ro, tæt kontakt
- Søg råd og vejledning hos sundhedsplejersken, som sammen med jer vil forsøge at finde forklaringer

Gulsot

- Barnet bliver gult indenfor de første 24 timer
- Gulsot hos barnet, der er mere end 24 timer gammelt samtidigt med, at barnet er sløvt, skal vækkes til måltidet og falder hurtigt i søvn under måltidet
- Gulsot hos barnet 14 dage efter fødslen eller senere

- **VIGTIGT - KONTAKT FØDESTEDET STRAKS**
- Læg dit barn hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgn
- Læg dit barn til begge bryster under hver amning
- Opsøg råd og vejledning hos sundhedsplejersken eller egen læge

Her kan du få hjælp

- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Din egen læge
- Vagtlæge

