

Har du diabetes och vill amma ditt barn?

Om du har diabetes kan ditt barn rekommenderas att få tillmatning utöver amning under de första cirka 12 timmarna efter födseln. Syftet är att minska risken för lågt blodsocker hos barnet. Höga blodsocker hos mamman under graviditeten kan öka barnets insulinproduktion, framför allt under de 12 första timmarna efter födseln. Behovet av tillmatning bedöms individuellt och påverkas bland annat av vilken blodsockersänkande behandling du fått under graviditeten, hur ditt blodsocker har legat, barnets mående och storlek efter födseln samt om barnet ammar. Med tillmatning avses i första hand din egen råmjölk. Om det inte finns tillräckligt med råmjölk att tillgå rekommenderas istället formula (bröstmjölksersättning).

Forskning* visar att gravida kvinnor med diabetes kan börja stimulera bröstet för hand redan från graviditetsvecka 36+0 och spara råmjölken. Råmjölken kan sedan ges till barnet efter födseln som tillmatning i stället för formula. Forskning har inte visat någon ökad risk för att förlossningen ska starta för tidigt och inte heller någon ökad risk för barnet.

Rekommendationen är att börja stimulera bröstet från graviditetsvecka 36+0, 2 gånger per dag i 6 - 10 min/bröst. Kvinnor har olika lätt att stimulera/handmjölka och olika lätt att släppa ut råmjölken. Ca 85% får ut råmjölk under graviditeten. Om du får ut, eller hur mycket du får ut, säger ingenting om din kommande amning eller mjölkproduktion. Tänk på att det kan ta tid innan råmjölk kommer, det är små droppar/mängder som kommer i början och i medel får kvinnor ut 2-5ml per gång, så misströsta inte, övning ger färdighet!

Mjölken kan du samla upp i medicinkoppar med lock eller 5–10 ml sprutor med kork. Märk upp med namn och datum och frys in. När det är dags att åka till förlossningen, ta med din råmjölk i en kylväska med frysklamp så att du kan använda den som tillmatning till ditt barn direkt efter födseln. Kom ihåg att informera personalen på förlossningen om att du har med dig din egen råmjölk. När du har fött är det bra att stimulera och ge färsk råmjölk i första hand. Vi rekommenderar att du har ditt barn oavbrutet hud mot hud de första två timmarna efter födseln oavsett förlossningssätt för att öka chanserna att barnet ammar och håller ett normalt blodsocker.

Önskar du läsa denna information på ett annat språk? Scanna denna QR kod med kameran på din mobiltelefon. När du är inne på websidan kan du ändra till önskat språk via Google Translate.



If you want to read the information above in another language, scan the QR code with the camera of your mobile phone. Once you've entered the web site you can select the language you wish by Google Translate.

1177.se Graviditetsinducerad diabetes – information på olika språk



1177.se Pregnancy induced diabetes – information available in different languages.

Karolinskas hemsida, Karolinska web site:

Amning och typ 1 diabetes



Breastfeeding and type 1 diabetes

Animerad film (3 min) om hur man utför bröstmjölksstimulering för hand, finns undertexter på olika språk.



Animated film (3 min) about how to stimulate the breastmilk by hand. Subtitles in different languages.

Stimulera bröstmjölksproduktionen för hand och med bröstpump.

Stimulate the breastmilkproduction by hand and with a breastpump.



Babybaby.se Handmjölka råmjölk (film 6 min)



1177.se Handmjölka och användning av bröstpump



1177.se Spara och frysa in bröstmjölk



Referens till forskning/Reference for research

*Advising women with diabetes in pregnancy to express breastmilk in late pregnancy (Diabetes and Antenatal Milk Expressing [DAME]): a multicentre, unblinded, randomised controlled trial. Forster DA et al. Lancet. 2017 Jun 3;389(10085):2204-2213. doi: 10.1016/S0140-6736(17)31373-9.

Sammanställt av Barnmorska och Med. Dr. Alexandra Goldberg och Biträdande Universitetsbarnmorska Maria Turstedt, Karolinska Universitetssjukhuset i Huddinge, uppdaterad version 2026-09.22.