

Är du gravid och har diabetes eller graviditetsdiabetes och önskar amma ditt barn?

Om du har diabetes som kräver behandling med insulin och/eller Metformin kommer ditt barn att behöva tillmatning utöver amning efter födseln under en till några dagar. Ditt barn kan ha en ökad insulinproduktion från tiden i din mage, vilket efter födseln kan resultera i ett lågt blodsocker hos barnet.

Även om du har kostbehandlad graviditetsdiabetes kan ditt barn behöva tillmatning utöver amning. Eftersom det finns en ökad risk att ditt barn föds tung för tiden och/eller att ditt barn får lågt blodsocker första dygnet. Alla barn som föds tunga för tiden rekommenderas att tillmatas extra utöver amning. Barn till mammor med alla former av diabetes under graviditeten får sitt blodsocker kontrollerat första dygnet på BB. Att ge enbart bröstmjolk i stället för tillmatning med mjölkersättning efter amning minskar risken för låga blodsocker hos barn till mammor med kostbehandlad graviditetsdiabetes.

Därför rekommenderas numera gravida med alla former av diabetes att handstimulera från graviditetsvecka 36+0 och frysa bröstmjölken som kommer ut. Den frysta bröstmjölken från graviditeten kan sedan användas som tillmatning efter amning, i stället för mjölkersättning. Forskning* har inte visat någon ökad risk för att förlossningen ska starta för tidigt och heller inte någon ökad risk för barnet.

Rekommendationen är att börja stimulera bröstet från graviditetsvecka 36+0, 2 gånger per dag i max 10 min/bröst. Kvinnor har olika lätt dels att stimulera/mjölka ur bröstet och olika lätt att släppa ut mjölken.

Att tänka på:

- att inte vara hårdhänt, det ska inte göra ont, börja med några minuter per gång tills du känner dig mer bekväm och öka sedan till max 10 min.
- att det kan ta tid innan råmjolk kommer, det är små droppar/mängder som kommer i början så misströsta inte, övning ger färdighet!

Mjölken kan du samla upp i medicinkoppar med lock eller 5 - 10 ml sprutor med lock, skriv namn och datum på dem och frys in. När det är dags att åka till förlossningen ta då med din råmjolk i en kylväska med frysklapp så att du kan använda din råmjolk som tillmatning till ditt/ert barn direkt efter födseln. Bröstmjölken har en hållbarhet på max 48 timmar i kylväskan. Kom ihåg att informera barnmorskan på förlossningen om att du har med dig din egen bröstmjolk så kan den ställas i kyl eller frysa i stället vid behov.

När barnet är fött rekommenderar vi oavbruten hud-mot-hudkontakt mellan mamma och barn i minst två timmar, bland annat för att barnet skall ges möjlighet att genomgå de 9 instinktiva stadierna i lugn och ro, söka sig till bröstet och börja amma innan tillmatning med din bröstmjolk och/eller mjölkersättning ges vid det första tillfället. Har du lätt att mjölka ur så ge färsk bröstmjolk i första hand och den frysta i andra hand. Det kan hända att det även behöver kompletteras med mjölkersättning beroende på barnets blodsocker.

Om du har frågor, vänd dig till barnmorskorna på Specialistmödravården!

Önskar du läsa denna information på ett annat språk? Håll kameran på din mobiltelefon framför denna QR kod. När du är inne på websidan kan du ändra språk högst upp till höger genom att klicka på "Translate" och välja valfritt språk.



Här kommer texter och filmer om handurmjolkning, användning av bröstpump samt hantering och förvaring av bröstmjolk:

Informationsfolder till dig som är gravid och har **diabetes typ 1**



[Amningochtyp1diabetes_kph_2.indd \(karolinska.se\)](#)

går att översätta till andra språk



www.karolinska.se/for-patienter/graviditet-och-forlossning/for-den-nya-familjen/amning-rad-och-tips/brostmjolsstimulering-urmjolkning-for-hand/



Film om hur man urmjolkar för hand, finns med undertexter på olika språk!



[Stimulera bröstmjölksproduktionen - Karolinska Universitetssjukhuset](#)

Önskar du läsa på ett annat språk? Klicka på "Translate" uppe till höger och välj valfritt språk.

Handmjölka råmjolk, Babybaby.se

<http://www.babybaby.se/2018/03/handmjolka-ramjolk/>



1177 Handmjölka och pumpa ut bröstmjolk:

www.1177.se/Stockholm/barn--gravid/att-skota-ett-nyfott-barn/amning-och-flaskmatning/handmjolka-och-pumpa-ur-brostmjolk/

[Förvaringhttps://www.karolinska.se/for-patienter/graviditet-och-forlossning/for-den-nya-familjen/amning-rad-och-tips/forvaring-av-brostmjolk/](https://www.karolinska.se/for-patienter/graviditet-och-forlossning/for-den-nya-familjen/amning-rad-och-tips/forvaring-av-brostmjolk/)
av bröstmjolk - Karolinska Universitetssjukhuset



[Spara och frysa in bröstmjolk - 1177 Vårdguiden](#)



Referens till forskning:

*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.

Informationsbladet är sammanställt av barnmorskorna Maria Turstedt och Kristin Svensson från Förbättringsteam Amningsstöd, Karolinska Universitetssjukhuset tillsammans med, och efter idé av barnmorska Alexandra Goldberg, Södersjukhuset. Uppdaterad version dec 2021.