

Har du diabetes och önskar att amma ditt barn?

Har du diabetes som kräver behandling med insulin eller Metformin kommer ditt barn att behöva tillmatas extra med mjölkersättning utöver din råmjölk/bröstmjölk kontinuerligt efter födseln under en till några dagar. Ditt barn kan ha en ökad insulinproduktion från tiden i magen, vilket efter födseln kan resultera i ett lågt blodsocker.

Forskning* visar att gravida kvinnor med diabetes kan börja stimulera bröstet för hand redan från graviditetsvecka 36+0 och spara bröstmjölken. Bröstmjölken kan sedan ges till barnen efter förlossningen som tillmatning istället för mjölkersättning. Forskning har inte visat någon ökad risk för att sätta igång förlossningen 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 max 10 min. Kvinnor har olika lätt dels att stimulera/mjölka ur bröstet och olika svårt 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 råmjölk 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 till 10 ml sprutor med lock, skriv namn och datum på dem och frys in. När det är dags att åka till förlossningen ta med din råmjölk i en kylväska med frysklapp så att du kan använda din råmjölk som tillmatning till ditt/ert barn direkt efter födseln. Kom ihåg att informera barnmorskan på förlossningen om att du har med dig din egen bröstmjölk.

När barnet är fött rekommenderar vi oavbruten hud-mot-hudkontakt mellan mamma och barn 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 bröstmjölk vid det första tillfället. Har du lätt att mjölka ur så ge färsk bröstmjölk i första hand och den frysta i andra hand. Det kan hända att det även behöver kompletteras med mjölkersättning om barnet ändå har ett lågt blodsocker.

Vid frågor prata med diabetesbarnmorskorna på specialistmödravården

Här finns filmer om hur man stimulerar/mjölkar ur bröstet för hand.

Karolinskas hemsida *Den nya familjen* – Amning: råd och tips: www.karolinska.se/for-patienter/graviditet-och-forlossning/for-den-nya-familjen/amning-rad-och-tips/brostmjolksstimulering-urmjolkning-for-hand/

Handmjölka råmjölk, Babybaby.se: <https://vimeo.com/260442135>

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

*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.