

Mammans egen bröstmjölk; så mycket mer än bara näring och närhet

Det för tidigt födda barnet

Det för tidigt födda barnet kan till en början inte samordna sugning, sväljning och andning, och har därför svårt att suga direkt från bröstet (amma) under de första veckorna efter födelsen. Barnets mag-tarmkanal är omogen, vilket kan göra det svårare att ta upp all näring. De flesta mycket för tidigt födda barn behöver därför få näring via en sond direkt ner i magen under de första veckorna. Det lilla barnet är också mer känsligt för infektioner.

Vilken mat/näring ges?

I Sverige får alla mycket för tidigt födda nyfödda bröstmjölk, oftast redan inom de första timmarna efter födelsen. I första hand ges mammans egen bröstmjölk då den är specifikt anpassad till barnet. Donerad bröstmjölk ges vid behov, på läkarordination och i samråd med föräldrarna, som komplement till mammans egen bröstmjölk eller om mammans egen bröstmjölk av någon orsak inte kan ges. För tidigt födda barns stora behov av näring innebär att bröstmjölken ofta behöver kompletteras genom att tillsätta extra energi, fett och proteiner för att barnet ska växa bra.

Hur kan man stimulera bröstmjölksproduktionen?

De första dagarna efter förlossningen bildas små mängder råmjölk som också kallas för kolostrum. Den är mycket rik på faktorer som bland annat är viktiga för immunförsvaret och tarmens mognad. Det är bra att försöka börja mjölka ur/stimulera igång bröstmjölken så snart som möjligt efter förlossningen, om möjligt gärna inom 1-2 timmar och därefter fortsatt stimulera ca 8-12 gånger/dygn. Att börja stimulera mjölkproduktionen tidigt är bra då de hormoner som styr mjölkbildningen är som högst. Det är dock aldrig för sent att börja stimulera mjölkproduktionen. Om det kommer någon droppe råmjölk kan ofta denna ges direkt i barnets mun, för att stimulera barnets immunförvar.

Vad är det för skillnad mellan mammans mjölk och bankmjölk?

Mammas egen bröstmjölk

Mammans egen bröstmjölk innehåller ett stort antal levande celler bland annat vita blodkroppar och nyttiga bakterier som tillsammans bekämpar infektioner och bidrar till en normal tarmflora. I färsk bröstmjölk finns också rikligt med s.k. antioxidanter som motverkar skador på celler i kroppen. Mammas egen bröstmjölk innehåller också tillväxtfaktorer och hormoner som underlättar viktuppgång hos det förtidigt födda barnet, samt påskyndar mognad och utveckling av de olika organen i kroppen.

Bankmjölk, donerad pastöriserad bröstmjölk

Bankmjölken pastöriseras d.v.s upphettas till drygt 60 grader i 30 minuter för att ta bort eventuella bakterier/smittämnen. En nackdel med pastörisering är att också flera av de skyddande faktorer, som immunceller och antioxidanter, som finns i mjölken kan försvinna eller minska i mängd.

Att tänka på:

Som mamma kan man ibland känna sig orolig för att bröstmjölken inte ska räcka till. Om det av olika skäl är svårt att stimulera igång och upprätthålla en mjölkproduktion kan det vara bra att veta att även en liten mängd bröstmjölk har positiva effekter. Varje droppe är värdefull.

Faktaruta

mammans egen bröstmjök jämfört med bankmjök

- Skyddar bättre mot infektioner
- Innehåller mer antioxidanter som skyddar mot fria radikaler
- Förbättrar tarmens mognad och ökar upptaget av näring
- Förbättrar tillväxten
- Minskar risken för sjukdomar såsom
 - ögonsjukdomen ROP
 - lungsjukdomen BPD
- Skyddar bättre än bankmjök mot tarmsjukdomen NEC
- Förbättrar den psykomotoriska utvecklingen

Hård et al. Review shows that donor milk does not promote the growth and development of preterm infants as well as maternal milk. Acta Paed 2018