

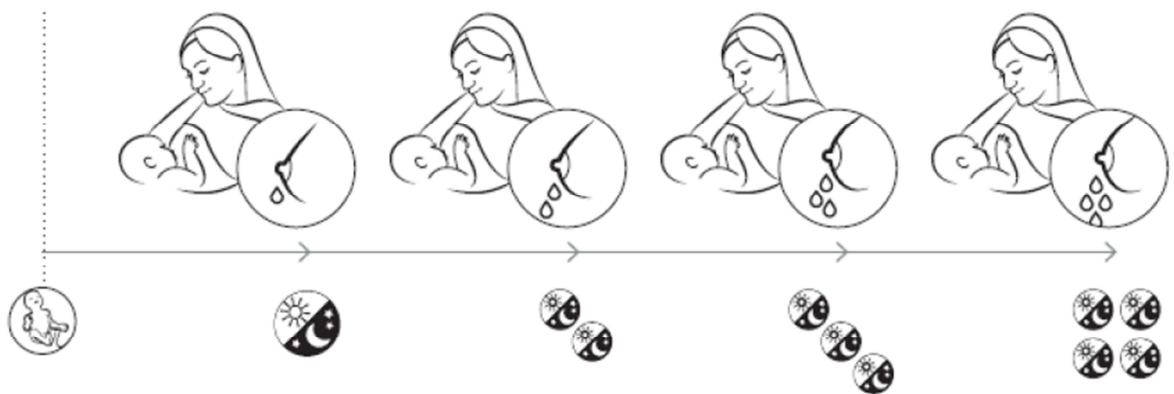


[www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html)



**1.**

Start med at amme i den første time efter fødslen. I denne tid skal moren og barnet ikke adskilles og have hud til hud kontakt.



**2**

I de første dage efter fødslen, modtager barnet det værdifulde kolostrum, første mælken. Mængden er lille men nok for barnets første immunisering.

Fra 3. – 4. dag bliver der produceret mere mælk, som kan føles ved at spændingen i brysterne tiltager.



**3**

Regelmæssigt amning, også om natten, garanteres en tilstrækkelig mælkeproduktion.

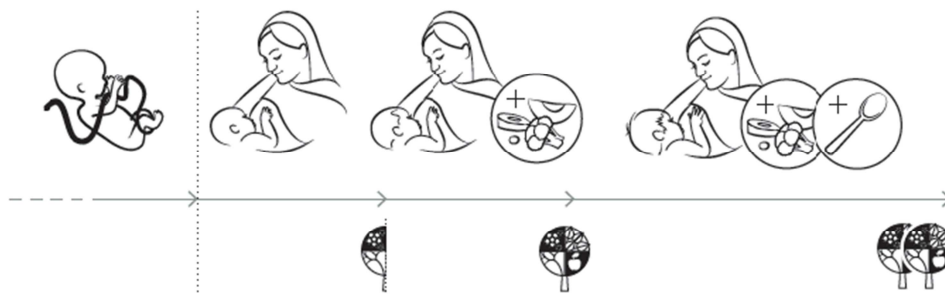


[www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html)



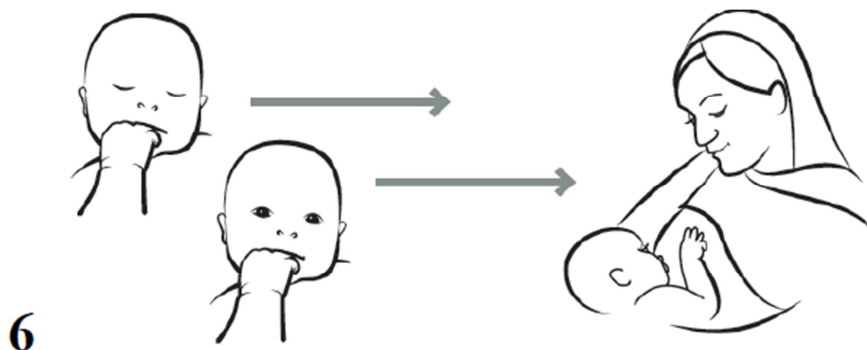
4

Mælke produktionen afhænger af barnets behov. I de første dage efter fødslen kan ekstra modermælk erstatning, væske eller brugen af sutten forstyrre denne feedback loop.



5

Amning er det naturlige skridt efter graviditeten. WHO rådgiver eksklusiv amning i løbet af de første 6 måneder og herefter, i kombination med andet mad, så længe moren og barnet vil, indtil 2 år.



6

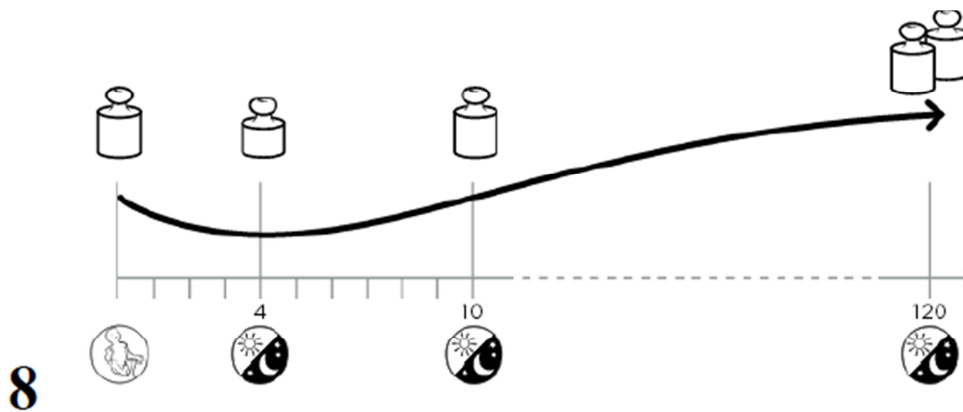
Børn afgiver signaler hvornår de vil amnes, også når de sover. Børn bliver rastløs, drejer med hovedet, laver suttelyder og -bevægelser, tager hånden til munden og laver lyder. At græde er et sent sulten signal.



[www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html)



Når du tager dit barn til brystet, sørg for at barnet åbner munden helt, så barnet tager mest muligt brystvæv i munden.



I de første dage taber de fleste børn vægt. Når barnet får nok mad, skal barnet være tilbage til fødselsvægt, efter ca. 10 dage. Efter 4 måneder har de fleste børn fordoblet deres fødselsvægt.

Danske

