

# Amningsnedläggning och när mjölkproduktion behöver stoppas

Patientinformation



Region Örebro län

## När amning inte påbörjas

När man fött barn eller graviditeten avbryts efter 12:e veckan så startar mjölkproduktionen. Det blir en ökad genomblödning i bröstet som kan leda till ömma och spända bröst under några dagar. Oftast sker detta någon gång mellan 2-5 dagar efter förlossningen/avbrytandet.

När amning inte påbörjas så sinar mjölken successivt och besvären försvinner efter ungefär 1 vecka. Symtom som måttlig feber och ont i kroppen, som vid en begynnande förkylning, går vanligtvis över efter något dygn. Det tar ungefär lika lång tid att stoppa mjölkproduktionen med eller utan medicinering. Vid medicinering kan besvären från bröstet med ömhet och svullnad vara mindre uttalade 3-4 dagar efter förlossningen/avbrytandet, men för en del kommer svullnad och ömhet i bröstet istället senare, efter 9-10 dagar.

## När amning pågår

Bästa sättet att avsluta mjölkproduktionen är att göra det stegvis, då kan problem med spända bröst undvikas. Vid plötslig minskning av amning/pumpning kommer bröstet att vara mycket spända några dygn. Med egenvård enligt nedan avklingar svullnad och ev. rodnad, hur lång tid detta tar beror på hur hög mjölkproduktionen är när amningen avslutas. Det tar ungefär lika lång tid att avsluta mjölkproduktionen med eller utan medicinering.

## Egenvård

(Dessa råd gäller oberoende om läkemedel ordinerats eller inte)

- En stadig bh som sitter åt, men inte klämmer, hjälper till att hämma mjölkproduktionen och kan kännas skönt.
- Vid smärta och svullnad medicinera med ibuprofen 400 mg 3 gånger dagligen (exempelvis Ibumetin, Iprex, Alinidrin) komplettera vid behov med paracetamol 500 mg 2 tabletter 3-4 gånger dagligen (exempelvis Panodil, Alvedon).

- En varm dusch över bröstet kan lindra och eventuellt kan lite mjölk läcka vilket lättar på trycket.
- En del kvinnor tycker att värme på bröstet såsom ull- eller fleeceinlägg ökar välbefinnandet. Andra upplever minskad svullnad och lindring vid kylning av bröstet med exempelvis "Cold pack" (kylpåse) eller kylskåpskalla vitkålsblad. Prova vad som känns bäst för dig, se till att inte orsaka värme eller köld skador av behandlingen.
- Om bröstet är mycket spänt kan små mängder bröstmjolk mjölkas ut för hand för att "lätta på trycket". Gör detta vid så få tillfällen som möjligt för att inte stimulera till ökad mjölkproduktion.

### Vid läkemedelsbehandling

Vid behov av kompletterande läkemedelsbehandling utöver egenvård sker det i samråd med läkare. Det finns två olika mediciner som används när mjölkproduktionen skall förhindras eller avslutas.

- Tablett Dostinex - 2 tabletter tas som en engångsdos inom 24 timmar efter förlossningen eller avbrytandet av graviditeten. Det är ett långverkande läkemedel och därför lämpligt om det redan är klart att amning inte är aktuellt. Vanliga biverkningar för Dostinex är lågt blodtryck, yrsel och huvudvärk. Tabletternas ska tas tillsammans med mat.
- Tablett Pravidel – 2 tabletter tas dagligen morgon och kväll under 14 dagar och vid behov längre. Om det blir aktuellt att återuppta amningen så kan man avbryta behandlingen och börja amma direkt. Vanligaste biverkningen för Pravidel är illamående. Tabletternas ska tas tillsammans med mat.

## När ska jag kontakta sjukvården

Brösten kan vara både spända och rodnade men kontakta sjukvård om svullnad eller rodnad inte avtar trots regelbunden medicinering med ibuprofen/paracetamol.

I samband med svullna och rodnade bröst är måttlig feber vanligt men bör inte vara över 37,9 i mer än två dygn.

Allmän sjukdomskänsla som vid influensa förekommer men om symtomen förvärras eller inte förbättras trots regelbunden medicinering med ibuprofen/paracetamol kontakta sjukvård.

- Vid problem efter missfall eller avbrytande vänd dig till kvinnoklinikens mottagning. Vid akuta problem på kvällar och helger eller om du inte kan nå mottagningen ring 1177
- Har du fått barn vänder du dig till din Barnmorskemottagning första veckan efter förlossningen därefter till BVC. Vid akuta problem på kvällar och helger eller om du inte kan nå mottagningen ring 1177



Region Örebro län

Kvinnokliniken mars 2016,  
Hanna Östling och Barbro Jonsson