

När mjölkproduktion behöver stoppas eller amning läggs ner

När amning inte påbörjats

När man fött barn eller graviditeten avbryts efter 12e 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.

Produktionen avtar och besvären försvinner succesivt. Symtom som måttlig feber och ont i kroppen, som vid en begynnande förkylning, går vanligtvis över efter något dygn och besvären brukar vara försvunna på en vecka.

När amning pågår

Bästa sättet att avsluta produktionen av bröstmjolk 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.

Egenvård

- ⇒ 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 komplettera vid behov och vid feber med Paracetamol 500 mg 2 tabletter 3-4 gånger dagligen
- ⇒ 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 kyla på 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 ökad mjölkproduktion.

När ska jag kontakta sjukvården

Bröstet kan bli spända med viss rodnad i samband med amningsnedläggning.

Allmän sjukdomskänsla som vid influensa förekommer och måttlig feber, men bör inte vara över 37,9 i mer än två dygn.

Kontakta sjukvård om symtomen förvärras eller inte förbättras trots regelbunden medicinering med Ibuprofen / Paracetamol.

- Vid problem efter missfall eller avbrytande vänd dig till kvinnoklinikens mottagning.
- Har du fått barn vänder du dig till MVC första veckan efter förlossningen därefter till BVC.

Vid akuta problem på kvällar och helger eller om du inte kan nå mottagningen ring 1177