

## KAN KVINNOR VARA RÄDDA FÖR ATT AMMA?

AMNINGSFÖRBEREDANDE SAMTAL UNDER GRAVIDITETEN



EISABETH HJÄRTMYR  
BARNMORSKA  
BARNSJUKSKÖTERSKA  
AMNINGSSPECIALIST  
AMSAK AMNINGSSPECIALISTMOTTAGNING

Alla bilder: Elisabeth Hjærtmyr

### Oro och amningsrädsla under graviditeten

- Tidigare jobbig amningsupplevelse
- Tidigare jobbig bröstsupplevelse
- Ambivalens till amning



### STÖDSAMTAL VID ORO OCH AMNINGSRÄDSLÅ

- ALLTID SAMTAL OM AMNING VID 4 TILLFÄLLEN UNDER GRAVIDITETEN
- ERBJUDA EXTRA STÖDSAMTAL UNDER GRAVIDITETEN
- VID BEHOV HÄNVISA TILL AMNINGSMOTTAGNING
- KONTAKTA BVC VID BEHOV
- UPPFÖLJNING PER TELE OCH/ELLER EFTERVÅRDSBESÖK



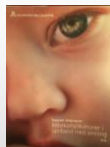
### SAMTALSMETODIK

- STÄLL ÖPPNA FRÅGOR
- HUR VAR DEN FÖRRA AMNINGSUPPLEVELSEN
- HAR DU VARIT MED OM NÅGOT SOM ORSAKAR ORON
- HUR TÄNKER DU INFÖR DEN KOMMANDE AMNINGEN
- VAD KÄNNER FÖRÄLDRARNA TILL OM AMNING OCH BARNET
- BE OM LOV ATT BERÄTTA OM AMNINGSKUNSKAP VI HAR IDAG
- VAD VAR DET SOM GJORDE ATT DET BLEV SOM DET BLEV
- BEKRÄFTANDE SAMTAL, ÖKA KVINNANS EGEN TILLIT TILL AMNING
- SKRIV EN PLANERING INFÖR KOMMANDE AMNING



### FALL:

- TIDIGARE SMÄRTSAM AMNING
- SÅRIGA BRÖSTVÄRTOR
- TIDIGARE SVIKTANDE MJÖLKMÄNGD, STOR VIKTNEDGÅNG
- TIDIGARE ABSCESS
- TIDIGARE BRÖSTUPPLEVELSER
- OBEHAGSKÄNSLA VID TANKEN PÅ ATT AMMA
- MAMMOR SLUTAR OFTA AMMA TIDIGARE ÄN DE TÄNKT SIG



AMSAK VÅRDPROGRAM VÅRDGIVARLEDNELSE

### BE OM LOV – GE AMNINGSKUNSKAP OM MAMMAN VILL AMMA "3- STEGSMODELL" UPPREPAD INFORMATION PÅ BMM, BB, NEG, BVC

ÖKAD KUNSKAP OCH STÖD KAN GE ÖKAD TRYGGHET INFÖR KOMMANDE AMNING OCH KAN UNDERLÄTTA AMNINGSTARTEN OCH FÖREBYGGA AMNINGSKOMPLIKATIONER

- HUD-MOT- HUD-KONTAKT MED FRI NÄSA
- 9 STADIER TILL ATT BARNET TAR BRÖSTET
- BARNETS AMNINGSSIGNALER
- TIDIG BRÖSTMJÖLKSTIMULERING
- AMNINGSSSTATUS, 5 AMNINGSPUNKTER
- BARNET VILL AMMA OFTA DE FÖRSTA DAGARNA



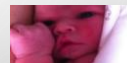
## SAMMANFATTA SAMTALET



- UPPMUNTRA BLIVANDE MAMMAN ATT SKRIVA MED EGNA ORD I ETT KORT BREV
- DOKUMENTERA I KVINNANS JOURNAL TILLSAMMANS, INTE ENDAST "VILL AMMA"
- VAD HAR DEN BLIVANDE MAMMAN FÅTT MED SIG AV SAMTALET
- UPPMUNTRA KVINNAN ATT RINGA BVC INNAN FÖDSELN OM BEHOV AV STÖD TIDIGT
- GE KONTAKTUPPGIFTER TILL BB, BMM, BVC, AMNINGSMOTTAGNING
- UPPMUNTRA (IBLAND) TILL EXTRA AMNINGSSTÖD PÅ BB VID BEHOV
- UPPMUNTRA TILL ATT INHÄMTA TIDIGT AMNINGSSTÖD VID BEHOV

## BARNETS BETYDELSE FÖR AMNINGEN

- NYTT BARN – ALLA BARN ÄR OLIKA - ANNAN AMNINGSUPPLEVELSE
- DET NYFÖDDA BARNETS BEHOV – NÄRHET GER TRYGGHET OCH TRÖST
- ÖKA MAMMANS/FÖRÄLDARNAS TILLIT TILL BARNETS FÖRMÅGA
- BARNES OLIKA PERSONLIGHET OCH TEMPERAMENT
- MAMMORS OLIKA PERSONLIGHET OCH TEMPERAMENT
- MEDFÖRÄLDERNS OLIKA PERSONLIGHET OCH TEMPERAMENT
- DEN NYA FAMILJEN UNDER NYFÖDDHETSPERIODEN



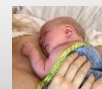
## PARTNERNES BETYDELSE

- UPPMUNTRA TILL KOMMUNIKATION MED PARTNERN
- SAMTALA OM PARTNERNES BETYDELSE FÖR AMNINGSUPPLEVELSEN
- OM OLIKA FÖRVÄNTNINGAR PÅ KOMMANDE AMNING - SAMTALA
- STÄRKA FÖRÄLDARNAS TILLIT TILL MAMMANS OCH BARNETS FÖRMÅGA
- MEDFÖRÄLDERNS STÖD I KVINNANS BESLUT HAR STOR BETYDELSE



## AMNINGSFÖRBEREDANDE SAMTAL UNDER GRAVIDITETEN

- KUNSKAP UNDER GRAVIDITETEN HAR BETYDELSE FÖR HUR AMNINGSSTARTEN BLIR
- ATT VARA FÖRBEREDD INFÖR AMNINGEN GER TRYGGHET
- AMNINGSKUNSKAP FÖREBYGGER AMNINGSKOMPLIKATIONER
- FÖRBEREDER UPPFÖLJANDE SAMTAL PÅ FÖRLOSSNING, BB, NEO, BVC
- MAMMANS INFORMATIVA VAL: HELAMMA, DELAMMA, INTE AMMA
- MAMMANS INFORMATIVA VAL – RESPEKTERA VAL ATT INTE AMMA
- VAR LYHÖRDA FÖR OM MAMMAN ÄNDRAR SIG EFTER FÖDSELN
- MÅLET BEHÖVER INTE VARA AMNING UTAN EN ANNAN MER POSITIV NYFÖDDHETSPERIOD
- MÅL: LIKA AMNINGSSTÖD I HELA VÄRDKEDJAN – FAMILJEN I CENTRUM



ELISABETH HJÄRTMYR



- [ELISABETH.HJARTMYR@GMAIL.COM](mailto:ELISABETH.HJARTMYR@GMAIL.COM)
- AMSAK AMNINGSPECIALISTMOTTAGNING 08- 643 23 70
- AMSAK-AMNINGSMOTTAGNING.SE
- MAMAMIA BVC AMNINGSMOTTAGNING
- MHV PODDEN: AMNINGSRÅDSLÅ
- VÄRDGIVARGUIDEN: VÅRDPROGRAM/BRÖSTKOMPLIKATIONER I SAMBAND MED AMNING
- VÄRDGIVARGUIDEN: KUNSKAPSSTÖD/STÖDSAMTAL VID KOMPLICERAD AMNING
- FOTO; SAMTLIGA BILDER: ELISABETH HJÄRTMYR



## FRÅGOR OCH FUNDERINGAR?

