

Informasjonsskriv til deg som skal avslutte melkeproduksjonen

Behandling for å stoppe melkeproduksjonen er aktuelt for noen få kvinner. Avslutning av melkeproduksjonen bør ikke forsøkes hvis du behandles for en akutt brystbetennelse, da behandlingen for dette nettopp er å tømme brystet.

Det er to måter å avslutte en melkeproduksjon på:

- En konservativ måte uten å bruke medikamenter (tabletter)
- En hvor tabletter brukes

En konservativ avslutning av melkeproduksjonen har ingen bivirkninger. Brukes tabletter kan dette for noen gi bivirkninger. Det er derfor viktig å ha en grundig samtale om fordeler og ulemper ved begge metoder. Velger du den konservative måten er det ingen hindring å senere ta tabletter om du ikke kommer i mål med den konservative måten.

Konservativ

Rett etter fødsel: det kan være gunstig å bruke en stram sports-bh slik at det blir et trykk over brystene. Du kan også bruke et stramt tøyestykke eller en bred elastisk bandage. Ikke stimuler melkeproduksjonen ved pumping eller håndmelking. Om du kjenner melkespreng kan du håndmelke eller pumpe ut litt melk for å lette melkesprengen, men ikke tømme brystet. Hvor mye melk og hvor ofte du skal ta ut melk må du selv kjenne etter hva som føles nødvendig for å lette melkesprengen. Dette kan også variere fra bryst til bryst og tid på døgnet. I begynnelsen er det kanskje ofte og etter hvert blir det sjeldnere og sjeldnere.

Senere i ammeforløpet: Gradvis nedtrapping av amming/ pumping anbefales ved ønske om å avslutte melkeproduksjonen senere i forløpet. Hvor lang tid dette vil ta er umulig å si. Det varierer fra kvinne til kvinne hvor fort melkeproduksjonen reduseres ved lite/ingen stimuli. Ta ut et minimum av den melken du føler er nødvendig når du kjenner spreng, ikke til faste klokkeslett.

Tabletter for å avslutte produksjonen

Dette vil medføre at å få tilbake melkeproduksjonen om du angrer kan bli vanskelig og avgjørelsen må derfor være veloverveid fordi medikamentet har en halveringstid på ca. 70 timer. Dette betyr at det tar ca 2 uker før medikamentet som skal undertrykke produksjonen er ute av kroppen din.

Medikamentet som er anbefalt brukt er Cabergolin (Dostinex®).

Rett etter fødsel gis 1 mg Cabergolin (2 tab av 0,5 mg) første døgnet som en enkeltdose.

Etter at melkeproduksjonen har kommet godt i gang gis 0,25 mg Cabergolin (1/2 tab) hver 12. time i 2 døgn. Totalt 1mg.

Selv om du har fått medikamenter er det aktuelt å lette melkespreng ved håndmelking eller pumping om du har mye melk.

Har du en etablert melkeproduksjon må du være forberedes på at når medikamentet er ute av kroppen etter noen uker kan du få tilbake noe melk. Det anbefales da å kun lette melkesprengen ved håndmelking når du kjenner brystspreng. Dette vil gradvis avta.