

Skjema for strukturert ammeobservasjon og veiledning

Hensikten med skjemaet: Bidra til nøyaktig og strukturert ammeobservasjon, for systematisk veiledning. Ved problemer, for eksempel smerter er det viktig å observere ammingen fra før barnet legges til, under måltidet og ved avslutning for å avdekke hvor i prosessen det er muligheter til å forbedre stilling eller sugetak.

Ammeobservasjon er en del av ammekartlegging, der ammehistorie/anamnese inngår, med blant annet tidligere erfaringer, fødselshistorie, når startet problemene, vektutvikling og ammелengde/hyppighet. I tillegg observasjon av barn: f.eks. tilfredshet, tonus, vekt og skjevhet og mor: f.eks. samspill og håndtering av barnet. Observer brystets utseende/størrelse, brystknopp og eventuelle sår.

Målsetting: Mor ammer uten smerter og barnet får i seg melk.

Gi ammeveiledning med kvinnen i fokus ved å:	Kommentarer
• Observere ammingen • Lytte til kvinnens opplevelse av eventuelle utfordringer • Gi konsis og målrettet informasjon • Ha "hands off" tilnærming • Bruke hjelpemidler (demonstrasjonsbryst etc)	
Identifiser tegn på naturlig ammeadferd hos barnet (søking, nikking med hodet, tungeaktivitet, gape over brystet). Hjelp moren å kjenne igjen disse tegnene	
Identifiser morens behov for informasjon og veilede på en forståelig og konkret måte	
Prinsipper for ammestilling	
• Barnet ligger tett inntil mor	
• Barnet holdes/støttes med hode og kropp i en rett linje	
• Barnet har mulighet til å vippe hodet bakover når det skal gape over brystet	
• Brystknoppen peker mot barnets nese	
• Dersom mor holder/former brystet ○ Brystet støttes godt med fingrene i god avstand fra brystknoppen. ○ Obs formes samme veg som barnets munn	
Eller, mor holder og støtter barnet på en slik måte at barnet kan finne brystet selv (F.eks. tilbaketak amming)	
Barnets prosess for å få et godt tak over brystet	
• Se at barnet har et stort gap	
• Mor trekker barnet mot seg, med barnets hode bøyd litt bakover, slik at barnets hake "leder vei" mot brystet	
• Barnets underleppe er godt under brystknoppen og brystknoppen peker mot bakre del av barnets gane	

Observere et optimalt dietak	Kommentarer
• Mor har det bra under ammingen. Det skal ikke gjøre vondt	
• Barnet har et stort gap over brystet	
• Barnets hake er i god kontakt med brystet	
• Barnets kinn er fine og runde uten smilehull	
• Barnets nese er fri	
• Diemønster; vanligvis suger barnet hurtig i begynnelsen, deretter dypere og mere rytmisk med pauser og hørbar svelging)	
• Areola, om den er synlig; skal kunne sees mer på oversiden av barnets munn enn under	
• Barnet er fornøyd, opprettholder vakuum, beholder brystet i munnen og dier	
• Barnet dier effektivt, dvs at barnet får i seg melken. Tegn på dette kan være: ○ Dypere dietak med svelging. Det kan være pauser og hurtigere dietak innimellom ○ Svelgingen kan være både synlig og hørbar ○ Mors bryst er mykere etter amming	
• Når barnet slipper brystet skal brystknoppen ha tilnærmet samme fasong som det den hadde før ammingen begynte. Den skal ikke være avklemt, skjev eller hvit	

Filmer på helsenorge:

[Hvordan får barnet et godt sugetak](#)

[Hvordan vet jeg at barnet har et godt sugetak](#)