



Stálmi



Kemur á 2.-5. degi eftir fæðingu. Gengur yfir á 2-5 dögum.

Brjóstin hitna, þéttast og eru aum viðkomu.

Besta meðferðin er að barnið sjúgi vel, oftast og lengur. Forðast ábót og snuð.

Heitur bakstur, nudd og handmjólkun fyrir gjöf hjálpar barninu að ná taki á brjóstinu.

Þrýsta fingurgómum á vörtubaug í eina mínútu til að auðvelda tak á geirvörtu.

Kaldur bakstur á brjóstin eftir gjöf minnkar bólgu, hita og sársauka.

Mikilvægt að huga að slökun og hvíld.

Aumar geirvörtur

Orsök

Hormónaáhrif, bjúgur í vefjum og aukið álag á geirvörtunum.

Algengt fyrstu 3-5 dagana í upphafi brjóstagjafar.

Lausnir

Leggja áherslu á gott grip barnsins á brjóstinu. Gott getur verið að skipta um stellingu.

Halda geirvörtunum hreinum og þurrum milli gjafa. Bleyta vörtur vel fyrir gjafir.

Leggja barn á brjóst þegar það er rólegt en ekki æst og grátandi.



Sár á geirvörtu

Orsök

Barn nær ekki að grípa geirvörtuna rétt. Of grunnt eða skakkt grip myndar rangt álag eða tog á geirvörtuna þannig að sár myndast.

Verkur getur verið til staðar alla gjöfina.

Algengt í upphafi brjóstagjafar.

Lausnir

Laga grip barnsins á brjóstinu. Gott getur verið að skipta um stellingu.

Hreinlæti er mikilvægt. Geirvörtunarnar eru þvegnar vel og þurrkaðar eftir hverja brjóstgjöf. Látið lofta um þær í nokkra stund.

Leggja barn fyrst á brjóstið sem er betra.

Leggja barn á brjóst þegar það er rólegt en ekki æst og grátandi. Gott að bleyta geirvörtuna vel með vatni áður en barnið grípur hana.

Handþvottur mjög mikilvægur (sérstaklega við bleiuskipti/brjóstgjöf).

Hafa í huga að sár sem grær ekki á viku gæti verið sýkt og þarfnast meðferðar.



Sýkt sár eru þvegin vandlega með vatni eftir hverja brjóstgjöf. Tvisvar til þrisvar sinnum á dag er sárið hreinsað með mildri sápu.

Bakteríudrepandi krem eða smyrsl eru notuð samkvæmt fyrirmælum.



Stíflaðir mjólkurgangar

Orsök

Álag.

Streita.

Ónóg hvíld.

Óreglulegt gjafamynstur.

Þröng föt.



Einkenni

Aumir þrymlar finnast í brjósti.

Svæði á brjóstinu geta verið rauð og aum.

Venjulega bara í öðru brjóstinu.

Líkamshiti getur hækkað hratt og flensulík einkenni komið eins og beinverkir, höfuðverkur og slappleiki.

Lausnir

Hvíld. Mikilvægt að leggja sig á daginn.

Reglulegt gjafamynstur. Ekki sleppa næturgjöfum.

Skoða stöðu og stellingar barnsins við brjóstið, gott getur verið að breyta um stellingu.

Leggja barn oft á brjóst, láta barnið jafnvel drekka tvær gjafir í röð á því brjósti þar sem stíflan er.

Forðast þrönga brjóstahaldara og þröng föt.

Setja heita bakstra á brjóstið í 1-3 mínútur stuttu fyrir gjöf og kalda bakstra í 5-10 mínútur eftir gjöf.

Handmjólkun.

Verkjalyf.

Það tekur yfirleitt um einn sólarhring að vinna á stíflu.

Stíflur í mjólkurgöngum þurfa ekki að leiða til sýkingar ef þær eru meðhöndlaðar á þessu stigi.



Brjóstabólga með sýkingu

Einkenni

Viðkvæm eða sársaukafull rauð, glansandi svæði á brjóstum. Getur fundist þrymill. Stundum er allt brjóstið rautt og þrútið.

Oft hækkaður líkamshiti meira en 38,5°C.

Flensulík einkenni beinverkir og skjálfti.

Ef flensulík einkenni og hækkaður hiti lagast ekki á 12-24 klst. getur verið þörf á sýklalyfjameðferð.



Lausnir

Hvíld og rúmlega með barninu.

Sýklalyfjameðferð og verkjalyf.

Leggja barn reglulega á brjóst.

Strjúka létt yfir sýkta svæðið á meðan barnið drekkur.

Setja heita bakstra á brjóstið stuttu fyrir gjöf og kalda bakstra eftir gjöf.

Handmjólkun eða mjólkun í mjaltavél en best er að barnið drekki sem mest sjálft.

Það tekur yfirleitt um einn til tvo sólarhringa fyrir lyfin að verka og einkennin að dvína.



Sveppasýking

Einkenni hjá móður

Kláði, pírringur og húðflögnun á vörtubaug.

Eymsli og sársauki í byrjun gjafar, getur verið skerandi.

Fíngerðar sprungur á mótum vörtu og vörtubaugs.

Húðin útfrá geirvörtu verður rauð og bleik.



Lausnir

Vinna þarf á móti kjöraðstæðum sveppavaxtar (raka, hita, myrkri).

Láta lofta um brjóstin - vera berbrjósta ef mögulegt er.

Skipta ört um innlegg (fjölnota eða einnota).

Þvo og þurrka geirvörtur eftir gjafir.

Handþvottur er mjög mikilvægur (sérstaklega við bleiuskipti/brjóstagjöf).

Forðast það með öðrum í fjölskyldunni.

Fatnaður sem kemst í snertingu við sýkt svæði þvegin daglega (60°C) svo sem brjóstahaldarar og handklæði.

Nota smokka við samfarir.

Lyf.

Einkenni hjá barni

Hvít skán á tungu sem hverfur ekki milli gjafa.

Hvítir kringlóttir blettir sjást oft innan á kinnum, vörum eða á tanngómum.

Rauð útbrot á bleiusvæði.



Lausnir

Sjóða eftir hverja notkun í 20 mínútur túttur, snuð, mexíkanahatta, mjaltavélahluta og annað sem kemst í snertingu við munn barns.

Gott er að sleppa snuði á meðan sýkingin varir.

Túttum er skipt út vikulega, ef barn fær ábót með pela.

Nota má edikblöndu (1 bolla vatn +1 msk. edik) til að strjúka af flötum sem barnið snertir mikið, s.s. leikföng, skiptiborð.

Ef einkenni eru væg má byrja með að þvo tungu og innan úr kinnum barns með sóðavatni tvisvar á dag í 2-3 daga (nota til dæmis svamppinna).

Lyf.



Æðasamdráttur - Raynaud's heilkenni

Einkenni

Sársauki. Verkurinn getur verið vægur og truflar ekki brjóstagjöf eða mjög sár sviðaverkur sem gerir brjóstagjöf nánast óbærilega. Verkurinn kemur oftast eftir gjöf en getur þó verið á meðan gjöf stendur. Verkurinn getur staðið í meira en klukkustund eftir gjöf.

Litabreyting á geirvörtum eftir brjóstagjöf eða við kuldaáreiti (hvít, bláleit og rauð). Litabreytingin byrjar nokkrum sekúndum eftir að geirvartan kemur úr munni barnsins en það getur dregist í nokkrar mínútur að hún taki að hvítna. Hvítnun geirvörtunnar er vegna þess að æðarnar dragast saman vegna krampa og blóðið kemst ekki fram í geirvörtuna.



Lausnir

Forðast kulda, streitu, koffínneyslu og reykingar.

Nota ullarhlífar á brjóstin milli gjafa, gefa í heitu herbergi og nota heita bakstra fyrir og eftir gjöf.

Bætiefni geta reynst gagnleg.

Lyf.