



<http://www.diva-portal.org>

This is the published version of a paper published in *Amningsnytt*.

Citation for the original published paper (version of record):

Blixt, I., Mårtensson, L., Ekström, A. (2014)

Utbildning minskar amningsproblem.

Amningsnytt, (4): 4-5

Access to the published version may require subscription.

N.B. When citing this work, cite the original published paper.

Permanent link to this version:

<http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:his:diva-10232>

Utbildning minskar amningsproblem



Barnmorskan Anna Björnsdotter Olsson på BB Sophias återbesöksmottagning möter Camilla Thurell som fick sitt första barn för fem dagar sedan. Bilden har inget direkt samband med artikeln.

När vårdpersonal har genomgått processororienterad utbildning i amning minskar kvinnors upplevelse av amningsproblem. Det visar en svensk studie. Både amningsförberedelse, som skapar realistiska förväntningar, och uppmuntran är effektivt för att stärka kvinnors självförtroende till att amma.

Syftet med studien var att utvärdera effekterna av en processororienterad utbildning i stöd kring barnafödande och amning för vårdpersonal. Effekterna värderades i relation till kvinnors tillfredsställelse med amningsrådgivning och amningsproblem som för lite bröstmjölk, smärta eller såriga bröstvårtor, i förhållande till enbart amning kortare eller

längre tid än tre månader.

Studien är endel av en större interventionsstudie som genomfördes i syd- och västra Sverige år 2000-2003. Interventionen innehöll en processororienterad utbildning i barnafödande och amning för vårdpersonal på barnmorskemottagning och barnavårdscentral. Utbildningen var

utformad utifrån världs-hälsoorganisationens (WHO) rekommendationer samt vårdpersonals egna amningsattityder och deras samarbete och kommunikationsmetoder i vårdkedjan.

I studien deltog 540 förstfödare för att utvärdera vården som gavs. Kvinnorna delades in i två grupper beroende

på om de enbart ammade kortare tid än tre månader eller tre månader eller längre.

Resultatet visar att kvinnor som träffade vårdpersonal på barnmorskemottagning och på barnavårdscentral som fått en utbildning i att ge stöd vid barnafödande och amning var mer nöjda med råden. Den grupp kvinnor som ammade exklusivt under kortare tid än tre månader upplevde att de fick en mer enhetlig rådgivning. Dessutom var det färre kvinnor, i samma grupp, som upplevde att de hade problem som för lite bröstmjölk när de träffade den utbildade vårdpersonalen jämfört med kontrollgrupperna.

Sammanfattningsvis visar studiens resultat att när vårdpersonal fått en processororienterad utbildning i att ge stöd vid barnafödande och amning påverkade det kvinnors förmåga att lösa amningsproblem. Kvinnor som ammade exklusivt tre månader eller längre ammade i högre utsträckning så länge som de planerat jämfört med de kvinnor som enbart ammade kortare tid än tre månader.

Författarna menar att det är viktigt att vårdpersonal på barnmorskemottagning förstår vilken viktig roll de har för att kvinnor ska förbereda sig på och få realistiska förväntningar på amning. Många kvinnor är oroliga för att inte kunna



Nu är det viktigt att **studien gör nytta så att man prioriterar utbildning i amning** och att resultaten används i vården...

Ingrid Blixt

producera tillräckligt med bröstmjölk därför är det viktigt att öka kvinnors tilltro till sin förmåga att kunna amma. Vårdpersonal bör betona närhet och relationen mellan kvinnor och deras barn och undvika att ställa frågor om kvinnor har bröstmjölk så det räcker. Uppmuntran är ett effektivt sätt att stödja amning och det kan stärka självförtroendet hos kvinnor till att amma.

TEXT **INGRID BLIXT, LENA MÅRTENSSON, ANETTE EKSTRÖM**
BILD **ELISABETH UBBE**

Ingrid Blixt, Lena Mårtensson, Anette Ekström. Process-oriented training in breastfeeding for health professionals decreases women's experiences of breastfeeding challenges. International Breastfeeding Journal i september 2014.

HALLÅ DÄR...

... Ingrid Blixt

Ingrid Blixt är en av forskarna bakom studien Process-oriented training in breastfeeding for health professionals decreases women's experiences of breastfeeding challenges. De andra två är Anette Ekström och Lena Mårtensson.

När publicerades studien?

– Studien publicerades i International Breastfeeding Journal i september 2014.

Hur känns det?

– Det känns jätteroligt! Nu är det viktigt att studien gör nytta så att man prioriterar utbildning i amning och att resultaten används i vården för att ge kvinnorna stöd att amma. En internationell publicering gör det möjligt att sprida studien mer **Har den fått något genomslag i praktiken?**

– Vi ska använda den på kliniken där jag arbetar, på Mälarsjukhuset i Eskilstuna, under amningsutbildningen vi ger i vår. Det är viktigt att vårdpersonalen får bra förutsättningar att ge

Bakgrund:

WHO rekommenderar att kvinnor ska stödjas till att enbart amma barnet de första sex månaderna.

Tidigare forskning visar att när kvinnor får tidiga amningsproblem riskerar det att amningstidens längd påverkas negativt. Många kvinnor slutar att amma tidigare än de planerat och uttrycker ofta besvikelse, sorg och ånger över att inte kunna amma. De har också

Kontakt:

Ingrid Blixt, leg. barnmorska. Mälarsjukhuset Eskilstuna. Fil. Mag. Reproduktiv, perinatal och sexuell hälsa. Institutionen för hälsa och lärande högskolan Skövde, Centrum för klinisk forskning Sörmland Uppsala universitet, ingridblix@telia.com. Lena Mårtensson, leg. barnmorska, bitr. professor i omvårdnad, Högskolan Skövde, lana.martensson@his.se. Anette Ekström, leg. barnmorska, bitr. professor i om-vårdnad Högskolan Skövde, anette.ekstrom@his.se.

Referenslista kan beställas av författarna.

ofta en negativ attityd till amning och låg tillit till sin förmåga att kunna amma.

När amningen inte blir som kvinnor förväntat sig är det känslomässiga stödet från vårdpersonal viktigt. Vårdpersonal har svårt att ge bra stöd när de har brist på tid, kunskap och när de har negativ attityd till amning. En vanlig orsak till att vårdpersonal inte ger kvinnor ett bra stöd vid

amning är att de ger motsägelsefulla råd vilket kvinnor upplever som frustrerande.

Kvinnor som inte lägger ned amningen trots amningsproblem uppger i högre utsträckning att de har bra stöd av vårdpersonal än kvinnor som lägger ned amningen tidigare än de planerat.

TEXT **INGRID BLIXT, LENA MÅRTENSSON, ANETTE EKSTRÖM**

studie ska användas kliniskt och spridas till olika utbildningar. Vi arbetar nu för att hitta en strategi för att nå ut till så många

som möjligt med våra resultat. **Vad var personalens upplevelse av att ge råd efter att ha genomgått utbildningen jämfört med innan?**

– Det har vi inte studerat men det är viktigt att göra det framåt, det måste kännas bra för vårdpersonalen för att vi ska kunna ge kvinnor i ett bra stöd. Vi måste alltid fundera över hur det fungerar i praktiken, gagnar det här föräldrarna, när vi fram till personalen.

Det viktiga är ju att nå ut så att amningsstödet blir bättre och att personalen känner att de har tillräcklig kunskap för att göra ett bra jobb.

TEXT **ELISABETH UBBE**
BILD **PRIVAT**

