

Lecitin til bruk ved tilstoppede melkeganger

Lecitin har vært anbefalt mot tilstoppede melkeganger, men dokumentasjon på effekt av slik bruk mangler. Noen mødre har rapportert effekt av preparatet, mens andre ikke har merket bedring. Pr. i dag er det i aktuelle kilder ikke beskrevet negative effekter hos mor/barn.

RELIS har flere ganger publisert informasjon om preparatet, senest mars 2020 (1). UpToDate omtaler også bruk av preparatet, senest i januar 2020, med en vurdering som samsvarer med Relis (2). Thomas Hale betviler også at preparatet kan ha en effekt ved peroralt inntak (3).

Utdrag fra RELIS' vurdering 2016 om Lecitin ved amming (4): *Det foreligger ikke tilstrekkelig dokumentasjon til å kunne anbefale bruk av lecitin ved amming. Med bakgrunn i utstrakt bruk av lecitin i matvarer, vurderer vi likevel risikoen for uheldig påvirkning av barnet som lav.*

Utdrag fra RELIS' vurdering 2020 om Lecitin i sen graviditet forebyggende mot tette melkeganger (1): *Anbefalinger om oppstart med lecitin allerede under graviditet, i forkant av amming, som forebyggende mot tette melkeganger er ikke funnet omtalt i noen kilder. På bakgrunn av dette, samt manglende dokumentasjon av både effekt og sikkerhet ved bruk av høye doser lecitin under graviditet og amming, vil vi ikke anbefale oppstart av lecitin i slutten av svangerskapet for å forebygge tette melkeganger.*

Oppsummering:

Det er per i dag ikke dokumentert effekt av Lecitin, brukt for å forebygge tilstoppede melkeganger. Imidlertid rapporterer flere mødre om effekt når produktet tas forebyggende. Det er ikke rapportert bivirkninger hos mor eller barn. Skal Lecitin brukes, er det viktig at det gjøres på riktig indikasjon, dvs hos kvinner som opplever gjentatte tilstopninger på tross av jevnlig amming eller pumping. Dersom kvinnen har tilstopninger på grunn av [overproduksjon](#) er det [reduksjon av melkeproduksjonen](#) som er tiltaket. Lecitin vil vanligvis ikke ha effekt på denne type tilstopning.

Referanser:

1. RELIS: [Lecitin i sen graviditet forebyggende mot tette melkeganger 2020](#)
2. UpToDate: [Common problems of breastfeeding and weaning jan-2020](#)
3. Hale's *Medications and mothers milk 2019*
- 4: RELIS: [Lecitin ved amming 2016](#)

Andre kilder som omtaler preparatet:

<https://ibconline.ca/information-sheets/blocked-ducts-mastitis/>

<http://ibconline.ca/wp-content/uploads/2016/09/Notes-Breast-and-Nipple-Pain-3-L-CERPs.pdf>

<https://ammehjelpen.no/tette-melkeganger-forebygging/>



Oppdatert juni 2020

Oslo universitetssykehus er lokalsykehus for deler av Oslos befolkning, regionssykehus for innbyggere i Helse Sør-Øst og har en rekke nasjonale funksjoner.

Org.nr.: NO 993 467 049 MVA

www.oslo-universitetssykehus.no