

## Ammeveiledning- prenatal sjekklister

	Diskutert	Signatur	Dato
<b>Få en god start sammen med barnet</b> Viktigheten av tidlig hud – hud kontakt (holder barnet varmt og rolig, fremmer amming og tilknytning)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
Selvregulering og tegn på at barnet er klart til å die (sikring av adekvat melkeinntak ved et godt dietak, øking og opprettholding av melkeproduksjonen)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
Rooming- in/ ha barnet i nærheten (for selvregulering og reduksjon av SIDS)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
<b>Hvorfor amming og morsmelk er av stor betydning</b>			
Fordeler for barnet (Redusert risiko for gastroenteritt, diare', urinveisinfeksjon, øvre- og nedre luftveisinfeksjoner, overvekt og diabetes. Nyeste forskning antyder også at det er en redusert risiko for SIDS og barneleukemi).	<input type="checkbox"/>	.....	.....
Fordeler for mor (Redusert risiko for brystkreft, ovariekreft og osteoporose)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
<b>Få ammingen til å fungere</b>			
En god amnestilling og sugetak (for å sikre effektivt melkeinntak og smertefri amming)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
Konsekvens ved bruk av smokk, narresmokk, Brystskjold og tillegg (kan påvirke ammingen negativt)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
Tidligere ammeerfaring (kartlegging av event tidligere problemer for å planlegge tiltak)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
Fullamming i 6 måneder, deretter 1 år eller lengre ( for størst mulig helsefordeler)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
Anbefale filmen <i>Bryst er best</i> (anbefalt mellom 28 og 34 uker)	<input type="checkbox"/>	.....	.....
Dele ut skriftlig informasjon <i>Hvordan du ammer ditt barn</i>	<input type="checkbox"/>	.....	.....