

## Tid til første utpumping

### [Hva] er tiden til første utpumping?

Tiden mellom fødsel og mors første pumpeøkt  
For friske spedbarn født på termin med normale ikke-medisinerte fødsler, skal den første ammingen finne sted innen den første timen.<sup>1</sup>  
Fokuset for dette tiltaket er tidlig pumping, innen de tre første timene etter fødselen. Årsak til eventuelle forsinkelser (>3 timer) skal dokumenteres.

### [Hvorfor] er tiden til første utpumping viktig?

Tidlig stimulering av brystene (amming eller pumping) etter fødselen påvirker fremtidig melkeforsyning og påfølgende ammeresultat.<sup>2-7</sup>  
Studier viser at mødre på nyfødt-intensivavdelinger som starter pumping innen 3 timer etter fødselen reduserer tiden til aktivering av sekresjon (at melken "kommer"), og har større daglig og samlet melkevolum over tid.<sup>3-6</sup> Sannsynligheten er også større for at mødre pumper i 6. uke og når spedbarnet skrives ut fra nyfødt intensiv avdelingen.<sup>3-6</sup>

**Nasjonale og internasjonale retningslinjer har endret anbefalingene for tiden til første utpumping: Organisasjonen Baby Friendly Health Initiative (BFHI) oppgir at mødre med spedbarn som ikke kan amme den første timen, bør hjelpes med utpumping innen 2 timer.<sup>8</sup>**

### [Hvordan] implementere dette?

Utvikle/revidere protoller for melkeutpumping som:

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> støtter mødre med spedbarn som ikke kan amme de første timene etter fødselen eller har dårlig, ineffektiv amming til å fortsette utpumping med pumpe innen tre timer etter fødselen | <input type="checkbox"/> sørger for at mødre får opplæring og hjelp med å:   | <input type="checkbox"/> støtter regelmessig opplæring av personale om viktigheten av melkeproduksjonsreisen                            |
| <input type="checkbox"/> anbefaler å dobbeltpumpe med en pumpe av sykehuskvalitet  | <input type="checkbox"/> bruker brystmassasje under pumpingen  | <input type="checkbox"/> tar opp potensielle endringer i personalstrategier som kan være nødvendige for å overvinne hindre <sup>1</sup> |
| <input type="checkbox"/> fremmer bruken av forskningsbasert igangsettingsteknologi   | <input type="checkbox"/> bruker håndpumping etter pumpingen i denne tidlige fasen  |   |
|  | <input type="checkbox"/> sørger for enkel tilgang til pumper, personlige pumpesett og oppsamlingsbeholdere i alle relevante barselavdelinger for å fremskynde betimelig melkeutpumping |   |

### [Hvordan] føre tilsyn?

#### Strategier for måling av beste praksis inkluderer:

- Sykehusprotokoller som beskriver utpumping innen 3 timer etter fødselen.
- Registrering av tiden til første utpumping etter fødselen.
- Registrere prosentandelen av mødre som pumper innen 3 timer etter fødselen og analysere årsakene til forsinkelse (>3 timer).

#### Gjennomgå loggene på månedlig basis:

- Viser fremgang og kan forbedre motivasjonen innen organisasjonen for å fortsette med tiltak for kvalitetsforbedring.
- Viser hvor det fremdeles er nødvendig med endringer, og gjør det mulig med betimelig implementering av videre opplæring av personale for kontinuerlige forbedringer i klinisk praksis.
- Gjør det mulig å identifisere og håndtere hindringer.