

## Såre brystvorter

Gjelder for:	Kirurgisk klinikk/Kirurgisk sykepleieavdeling/Kirurgiske poster/Føde- og barselpost
Dokumenttype:	Retningslinje
Sist endret:	14.12.2023

### 1. HENSIKT

Forbygge og behandle såre brystvorter.

### 2. ANSVAR

Jordmor, barnepleier

### 3. FREMGANGSMÅTE

De fleste mødre opplever at brystvortene blir såre og ømme de første dagene etter de har begynt å amme. Det kan spesielt oppleves som sårt i begynnelsen av ammesekvensen, som avtar når barnet har diet en liten stund. Amming skal ikke gjøre vondt. Det er viktig å sikre korrekt sugetak og ammestilling for å forebygge såre brystvorter. Den vanligste årsaken til såre eller vonde bryster er at barnet har et feil sugetak.

#### 3.1 Forebygge såre brystvorter

- God håndhygiene før brystet berøres.
- Gjennomfør en ammeobservasjon og gi ammeveiledning fra første måltid.
- Vurder om kvinnen har en god ammestilling, og om barnet har et godt sugetak.
- Gi kvinnen veiledning i gode og ulike ammestillinger.
- Korriger eventuelt feil sugetak slik at barnet får ett riktig sugetak:
  - Barnet skal ligge tett inntil mor, mage mot mage. Det er viktig at barnet ikke må vri hodet til siden eller må bøye hodet ned for å få tak.
  - Barnet bør bøye hodet litt bakover for å få tak, med haken ledende tett mot mors bryst.
  - Ofte behøver mor å forme brystet med hånden for optimalt tak.
  - Støtt barnet godt i rygg og nakke, men ikke press hånden mot bakhodet til barnet. Dette kan utløse reflekser som får barnet til å dra hodet bakover.
  - Legg barnet til brystet i stedet for å styre brystet mot barnet.
  - Brystvorten skal peke mot og være i høyde med barnets nese.
  - Barnet skal kjenne at brystvorten er der. Dette utløser søke/gape-refleksen.
  - Trekk barnet kjapt inntil når barnet gaper over brystknoppen.
  - Barnet skal ha et godt gap, ikke trutmunn. Barnet skal melke brystet, ikke bare suge på brystknoppen.
  - Kinnene til barnet skal berøre brystet når det dier. Kinnene skal ikke suges inn.
- Lær kvinnen å oppheve vakuemet før hun tar barnet fra brystet.
- Ikke nødvendig å benytte salve forbyggende. Dråper melk kan klemmes ut for å tørke på brystvorten.

#### 3.2 Behandle såre brystvorter med sprekker

- Såre brystvorter med sår og sprekker skal ikke lufttørke.
- Observer ammestilling og sugetak, korriger hvis det er nødvendig.
- Varier ammestilling for å avlaste det såre området.
  - Såre brystvorter med synlige sprekker kan smøres med et tynt lag lanolinsalve (Purelan) for å lindre smerter. Benytt da en q-tips eller kompress slik at man ikke overfører bakterier fra fingre til bryst.

- Tørk vekk overflødig salve på areola før amming. Salve på selve brystknoppen trenger ikke å fjernes.
- Ved sår og sprekker kan man behandle brystet med å la det ligge i varmt/lunket saltvann 2 ganger daglig opptil 10 min av gangen. Sårene kan også vaskes med rene kompresser og saltvann, før bruk av salve og ammeinnlegg.
- Bruk av brystskjold er ingen behandling eller korrigerende. Benyttes brystskjold skal dette være en avlastning som skal vurderes opp mot ulempen. Ved bruk av brystskjold kan man risikere at barnets sugeteknikk kan føre til dårligere utmelking av brystet.
- Hvis kvinnen ikke klarer å amme pga. smerter, kan hun håndmelke/pumpe for å avlaste brystvorten en tid.
- Ved tydelige tegn på at barnet har kort og/eller stramt tungebånd vurderes henvisning til barnelege for undersøkelse.
- Vurder videre oppfølging ved barselpoliklinikken eller helsestasjon.
- Vedvarende sårhet i dager eller uker etter fødselen, bør utredes for bakteriell infeksjon, sopp, eksem eller allergi på barselpoliklinikk eller egen lege.

#### 4. GENERELT

Den vanligste årsaken til såre brystvorter er at barnet ikke får et godt tak om brystet. Et kort, stramt tungebånd hos barnet kan forårsake såre brystvorter. God håndhygiene er sentralt ved behandling av såre brystvorter, da erfaring viser at sår som ikke bedres av ovennevnte tiltak, ofte er infiserte.

#### 5. INTERNE REFERANSER

[2.1.5.4.1.5.7](#)

[Mastitt](#)

#### 6. EKSTERNE REFERANSER

Sundhedsstyrelsen i Danmark. Revidert av R. Alquist. (2016). Amming – en håndbok for helsepersonell. 4. utg. Bergen: Fagbokforlaget.

[Såre brystknopper - Helsenorge](#)

[Såre og vonde brystvorter - Ammehjelpen](#)