

Brystbetennelse

Hva er brystbetennelse?

Brystbetennelse, mastitt, er en betennelse i brystene mest i ammeperioden. Vanlige symptomer ved brystbetennelse er melkespreng, tilbakeholdelse av melk og smerter i brystet. Huden på brystet blir hard. Brystet blir rødt og hovent. Feber, frysninger, hodepine og manglende matlyst er vanlig. Dersom du går i flere dager med brystbetennelse uten å få behandling, kan det også utvikle seg en såkalt brystbyll (abscess). Dette er en ansamling av puss i et hulrom. Brystet vil da være hovent, og du vil kjenne en øm kul inne i brystet.

Hva forårsaker tilstanden?

Brystbetennelse skyldes at bakterier trenger inn gjennom sprekker i huden rundt brystvortene og kommer inn i melkegangene. Risikofaktorer for brystbetennelse er melk som hoper seg opp i brystene, tilstoppede melkeganger og såre og sprukne brystvorten. Fordi melken ikke blir tømt ut, gir det god grobunn for bakterier.

Brysttømming/amming

Tidligere har anbefalingen ved brystbetennelse og tette melkeganger vært hyppig amming og grundig tømming. Noen har anbefalt massasje og varme. Ved mistanke om tette melkeganger eller brystbetennelse skal brystet ha ro. Dette må ikke misforstås som at du ikke skal amme eller pumpe i det hele tatt. En viktig del av behandlingen er å få ut melk. Poenget er at man ikke skal overdrive stimuleringen. Sår på brystknoppen skal behandles

Ved brystbetennelse skal du fortsette å amme. Tilby det vonde brystet først, hvis mulig. Pass på at det blir en omtrentlig balanse slik at du ikke risikerer tette melkeganger og brystbetennelse på det friske brystet. Selvregulering er hovedprinsippet.

For å redusere betennelsen og få mindre smerter, så kan du ta en kombinasjon av smertestillende, hvis du tåler det. Ibuprofen virker betennelsesdempende. Paracetamol er smertestillende. Du kan i tillegg kjøle ned det betente området ved å bruke isbiter pakket i plast med en klut eller håndkle rundt, eller en pakke frosne erter på samme måte i 10-20 minutter mellom amminger.

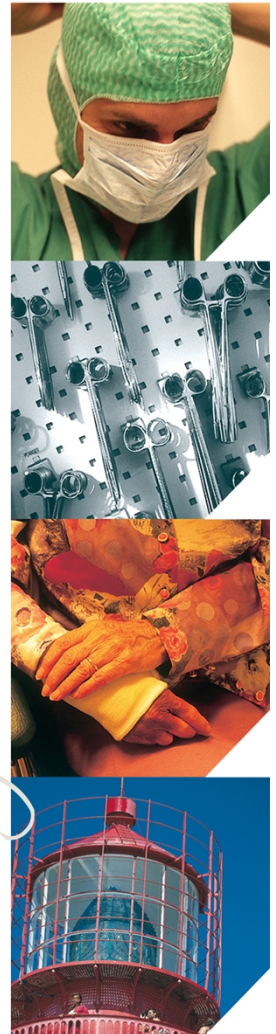
Kalde omslag reduserer hevelsen i vevet og gjør presset på melkegangene lavere.

Dette gjør at melka lettere kommer seg gjennom melkegangene på vei mot brystknoppen.

- ◆ amme som normalt på etterspørsel fra barnet*
- ◆ bruke kalde omslag i ca 10-20 minutter mellom amminger for å få ned hevelse i brystvevet
- ◆ ta betennelsesdempende / smertestillende ved behov
- ◆ IKKE massere brystet
- ◆ varme omslag på brystet *rett før* amming kan lette utdrivingen av melk

Antibiotikabehandling

Dersom en tømming av brystet ikke har noen effekt, vil legen behandle tilstanden med antibiotika. Du får da penicillintabletter som tar knekken på bakteriene. Barnet skal tåle antibiotikakuren. Det er viktig at du tar ut hele kuren, som vanligvis varer 10



trygghet når du trenger det mest

dager, for å unngå at betennelsen tar seg opp igjen. Det er trygt å amme selv om du får antibiotikabehandling. Du kan også amme selv om det er synlig puss i melken. Det er ikke farlig for barnet.

Ved utvikling av en verkebyll i brystet utføres det en kirurgisk drenasje av pusset. Dette skjer som regel ved en operasjon der du vil få narkose.

For å forebygge nye brystbetennelser:

- Hold brystene varme. Dette er spesielt viktig om vinteren
- Brystene tømmes regelmessig
- Smør gjerne brystene med den siste melkedråpen etter amming, og la den lufttørke
- Sørg for at brystvortene ikke er for fuktige på grunn av lekkasje. Ammeinnlegg bør skiftes ofte

Nyttige nettsider:

Ammehjelpen - [Brystbetennelse](#) - [Ammehjelpen](#)

trygghet når du trenger det mest