

[BRYSTSPÆNDING]

Brystspænding

Brystspænding opstår ofte 2-4 dage efter fødslen og aftager efter ca. 1 uge.

Udarbejdet af Sundhedsplejen i december 2023 · Revideret november 2025

Thisted Kommune

Årsagen til brystspændingen:

Tilstanden er fysiologisk pga øget blodgennemstrømning til brysterne som følge af mælkedannelse.

Symptomerne på brystspænding er:

- Rødme, varme og hævelse
- Ofte begge bryster
- Smerter i brystet
- Temperaturer under 38,5 C
- Ingen almen utilpashed

Behandling/lindring:

- Tilbyde brystet ofte, der er ingen grund til at malke ud
- Sørge for at barnet får godt fat, brug evt Tulipan-greb til at lede væske væk fra det brune område på brystet, så barnet bedre kan få fat på brystet
- Lymfatisk drænage
- Mobilisering af brystet
- Kolde omslag mellem amningerne

Lymfedrænage af brystet:

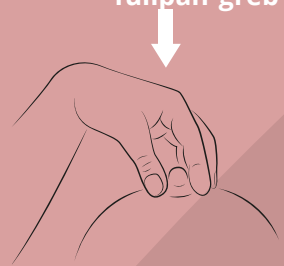
- Små cirkelbevægelser i retning af pilen som er vist på billed A.
- Små cirkelbevægelser i armhulen, som er vist på billed B.
- Stryg herefter med flad hånd fra brystvorte op mod kraveben og armhule, som er vist på billed C.

Lymfedrænage virker bedst hvis mor ligger ned på ryggen.



Brystmobilisering,
Den første tid.

Tulipan-greb



Tulipan-greb, Den første tid

