

[POWER PUMPING]

Power pumping

Power pumpning kan bruges hvis der ønskes en hurtig øgning i mælkeproduktionen og spare tid med færre pumpninger per dag.

Udarbejdet af Sundhedsplejen i december 2023 · Revideret november 2025

Thisted Kommune

[POWER PUMPING]

Power pumping kan anvendes hjemme, hvis der fortsat er brug for udmalkning og man fortsat gerne vil spare tid.

Baggrunden for power pumping er at efterligne et meget aktivt barns mønster ved brystet med hyppige og lange amninger, som når barnet vil øge mælkeproduktionen.

Ved power pumping udløses der flere hormoner, bedre tømning og der signaleres til brystet at der er brug for at danne mere mælk.

Hvis du ønsker at booste din mælkeproduktion kan du, anvende power pumping, på følgende måde:

