

En ammeobservasjon innebærer kartlegging av mange elementer, som for eksempel mors ammestilling, posisjonering av barnet, barnets dietak, sugeatferd og en generell observasjon både av mor og barn. Dette skjemaet kan være til hjelp for å strukturere og huske på alt du skal observere – særlig i starten.

Husk:

- Vurdering av barnets vekt og observasjon av barnets tonus og bevegelsesmønster bør alltid inngå.
- Kartlegg diemønster (ammehyppighet og lengde).
- Observer bryst og brystknopper; er det tegn til sår eller inflammasjon?
- For å avdekke hvor i prosessen det oppstår utfordringer og hva du må veilede på, bør du observere hele ammingen, fra mor legger barnet til brystet til måltidets slutt.
- Avdekker du utfordringer med dårlig ammestilling, dietak eller posisjonering av barnet må du veilede mor i hvordan hun kan endre dette.

Ammestilling	Kommentarer
Mor sitter godt og avslappet, og i en stilling som gjør at barnet kan ligge tett inntil mor	
Barnet holdes/støttes med hode og kropp i en tilnærmet rett linje	
Mor holder og støtter barnet på en slik måte at barnet selv kan finne brystet (som for eksempel ved tilbakeleent amming) Dersom mor støtter eller former brystet: <ul style="list-style-type: none">• Støtt/form brystet med hånden, med fingerene i god avstand fra areola• Form brystet samme vei som barnets munn	
Barnets posisjon	Kommentarer
Barnet ligger tett inntil mor, med magen vendt inn mot mors kropp	
Barnet har mulighet til å vippe hodet bakover når det skal gape over brystet	
Barnet ligger slik at mors brystknopp peker mot barnets nese	

Barnets søkereflakser aktiveres slik at det gaper stort	
Mor trekker barnet mot seg, med barnets hode bøyd litt bakover, slik at barnets hake "leder vei" mot brystet	
Barnet treffer brystet med underleppen godt under brystknopp	
Optimalt dietak	Kommentarer
Barnet har stort gap, en vinkel på mer enn 120 grader i munnviken, og det har mye brystvev i munnen (ikke bare brystknopp)	
Barnets kinn er runde, uten smilehull	
Barnets hake, og i noen grad kinn, er i god kontakt med mors bryst	
Barnets nese er fri	
Barnet har et asymmetrisk dietak, det vil si at det ses mer av areola (dersom den er synlig) på oversiden enn undersiden av brystet	
Barnet er rolig, tilfreds og beholder brystet i munnen (opprettholder vakum)	
Mor har ingen smerter under amming	
Melkeoverføring	Kommentarer
Barnet suger raskt i begynnelsen av måltidet for å sette i gang utdrivningsrefleksen. Deretter skal det være tegn til god melkeoverføring. Tegn på effektiv melkeoverføring: <ul style="list-style-type: none"> • Dypere dietak med svelging (det kan være pauser og hurtigere dietak før ny utdrivning kommer) • Synlig og hørbar svelging • Mors bryst er mykere etter ammingen 	