

Pressmeddelande 2015-05-18

Amningsberättelse kan få ammande kvinnor att må bättre

**Ny forskning visar att amning berör existentiella dimensioner hos kvinnan, oavsett om amningen är svår eller välfungerande. Att låta kvinnans amningsberättelse leda vägen i vården kan hjälpa kvinnan att känna sig trygg.**

– Amning väcker frågor om hur en bra mamma och kvinna är. Och den påverkar mamman och barnets relation, oavsett om amningen är välfungerande eller inte, säger Lina Palmér, doktorand i vårdvetenskap vid Högskolan i Borås och Linnéuniversitetet.

Lina Palmér har i sin avhandling ”Amning och Existens: Moderskap, sårbarhet och ömsesidigt beroende vid inledande amning” genomfört 23 intervjuer med 16 kvinnor som vill amma.

I avhandlingen studerar hon hur kvinnor upplever både välfungerande amning och amningssvårigheter. Hon undersöker också vad som gör att kvinnor slutar amma eller fortsätter, trots svårigheter. Dessutom har hon gjort en analys av en fallstudie av en mamma som fortsatte amma i nio månader, fast hon hade det väldigt svårt.

– Min forskning visar att vården och samhället måste se amning som något mer än att mamman överför mjölk till barnet. Vården kan inte bara fokusera på mjölkproduktion och barnets vikt, man ser inte hur kvinnan mår genom att titta på vågen eller på kvinnans bröst, säger hon.

## Mamma-barnrelationen är sårbar

Om amningen fungerar väl är det ett privilegium förunnat kvinnan och kan vara ett sätt att utvecklas. Det stärker relationen mellan mamman och barnet och mamman känner sig duglig.

– Många vill amma och påbörjar amning. Men efter en kort tid händer något som gör att också många slutar. Men det är en kvinnlig rättighet att amma, att sluta amma och att få den vård som behövs för att må bra under amningen, säger Lina Palmér.

När det uppstår svårigheter känner sig kvinnan ofta besviken och som en dålig mamma. Det väcker känslor att barnet inte tycker om henne. Mamman kan också bli arg på barnet. Dessutom utsätts kvinnan för objektifiering från samhället och något som Lina Palmér tolkar som ett kulturellt förtryck. Det grundar sig i att samhället tar amning för given och därför ska kvinnan klara det på egen hand utan behov av stöd. Det gör att mamman även om hon vill sluta ibland inte vågar, för att hon är rädd för vad andra ska tycka.

Lina Palmér tycker att vården måste bli bättre på att förstå att handlingen amma eller att sluta amma är aktiv och medveten. Och beslutet att sluta amma ofta föregås av en lång, svår och ensam kamp hos kvinnan.

– Många kvinnor slutar amma för att ta ansvar för relationen till barnet, för att hon och barnet inte ska glida ifrån varandra.

## Amningssamtal ska leda vägen

De kvinnor som fortsätter trots svårigheter har ofta hittat någon som ger stöd så att de känner sig trygga i amningssituationen. Det kan vara en person i vården eller familjen.

– Det handlar om att känna existentiell trygghet. Annars finns det risk att kvinnan utvecklar en amningsrädsla som kan försvåra amning och moderskapet.

Hon förklarar att det inte finns någon quick fix med enkla lösningar som till exempel att sluta amma eller ge ersättning. Hon föreslår i sin avhandling att låta kvinnans amningsberättelse leda vägen i vården. Om kvinnan får berätta om sina känslor kring amning, och blir lyssnad på, ökar det känslan av trygghet.

Hon tycker att vården ska be om kvinnans amningsberättelse redan när kvinnan är gravid, följa upp den på BB och sedan när hon går på besök på inom barnavården. Och det räcker inte att ställa en ja- eller nejfråga under graviditeten – ”Vill du amma?”, utan berättelsen måste få utrymme genom hela vårdförloppet.

– Vårdpersonal måste förstå att amning påverkar kvinnan existentiellt. Vården måste ha ett vårdvetenskapligt kvinnoperspektiv förenat med det medicinska perspektivet när det gäller amning, säger Lina Palmér.

Framöver hoppas Lina Palmér kunna följa upp studien ur ett längre perspektiv och fråga kvinnorna hur det känns nu. Finns känslorna av att vara en dålig mamma kvar? Hon vill också ta reda på hur kvinnorna känner inför fler barn.

### Mer information

**Kontakt**. Lina Palmér, [lina.palmer@hb.se](mailto:lina.palmer@hb.se), telefon: 033-435 4457, mobil: 070-366 96 53  
**Disputation**: 22 maj vid Linnéuniversitet, Växjö kl. 10:30 i sal Wicksell, Hus K. Opponent är professor Eva Nissen, Karolinska institutet

Avhandlingen kan beställas genom Linnaeus University Press: [lupress@lnu.se](mailto:lupress@lnu.se)