

Faktablad

Så donerar du bröstmjök

Därför behövs donation av bröstmjök

Varje år föds närmare 6 500 barn mer än tre veckor för tidigt i Sverige. I genomsnitt hamnar cirka 10 procent av alla nyfödda barn på en neonatalavdelning. Eftersom de små magarna har svårt att bryta ner modersmjölksersättning är de för tidigt födda barnen i stor utsträckning beroende av donerad bröstmjök tills moderns egen mjökproduktion är tillräcklig.

Periodvis råder det stor brist på donerad bröstmjök bland landets modersmjökcentraler. Eftersom de mycket för tidigt födda barnen endast behöver några milliliter bröstmjök per måltid så gör även små mängder stor skillnad. I takt med att bebisarna växer ökar mängden mjök de behöver. En för tidigt född bebis som väger cirka ett kilogram äter runt 20 ml vid åtta tillfällen per dygn redan när den är en vecka gammal.

En nybliven mamma får donera bröstmjök tills det att barnet är tre månader gammalt. Är behovet extra stort kan det vara möjligt att donera mjök även efter tre månader.

Om du vill donera överskottet av din bröstmjök gör du på följande sätt:

1. Hitta och kontakta ditt landstings modersmjökcentral.

Via denna länk hittar du kontaktuppgifter till din närmaste modersmjökcentral:

<http://brostmjolkforlivet.se/din%20lokala%20mj%C3%B6lkbank.html>

Förutsättningarna för att donera kan variera beroende på landsting och huruvida pumpning kan ske hemifrån eller på modersmjökcentralen. För att få exakta uppgifter, kontakta din lokala modersmjökcentral för detaljerad information.

2. Hälsodeklaration och blodprov behövs

Alla friska kvinnor som producerar bröstmjök kan vara presumtiva givare till en modersmjökbank, men det finns några kriterier som kan göra dig olämplig som donator. Därför

behöver du i samråd med din modersmjölkcentral besvara en hälsodeklaration och lämna ett kostnadsfritt blodprov för att analysera antikroppar innan du kan donera.

När du fått en godkänd Hälsodeklaration och genomfört din donation av bröstmjolk genomförs även ett bakterieprov på mjölken för att se att den uppfyller kraven som ställs. *Tänk på att du bör äta en allsidig kost om du ska donera bröstmjolk.*

När du donerar bröstmjolk får du inte lov att:

- röka eller snusa
- dricka alkohol
- använda droger
- använda läkemedel (undantag kan göras i vissa fall t ex för behandling med sköldkörtelhormon och insulin)

När du donerar bröstmjolk, ska du inte:

- ha mottagit blodtransfusion eller andra blodprodukter de senaste 12 månaderna
- ha mottagit vävnads- eller organtransplantat de senaste månaderna
- ha genomgått piercing eller tatuering de senaste 12 månaderna (undantag örhängen)

3. Du får låna en bröstpump (elektrisk eller manuell) av modersmjölkcentralen.

Du kan kostnadsfritt låna en bröstpump av modersmjölkcentralen och de tillhandahåller även burkar för förvaring av bröstmjölken. Modersmjölkcentralen följer Socialstyrelsens anvisningar samt rådande "Riktlinjer för Bröstmjolkshantering inom neonatalvården i Sverige" och tar emot din bröstmjolk tills dess att ditt barn är tre månader.

4. Mjölken kommer till Modersmjölkcentralen

Din bröstmjolk undersöks med bakterieodling varje gång du lämnar in mjolk. Modersmjölkcentralen kontaktar dig som är mjölkdonator om det skulle finnas för mycket bakterier i mjölken. Vid viss bakterieväxt kan det hända att du då inte blir godkänd som givare. När mjölken blir godkänd värmebehandlas (pastöriseras) den före användning.

5. Tack för din donation!