

Sundhedsstyrelsen

Fødesteder, børneafdelinger, kommunale sundhedstjenester,
amtssundhedsplejersker, amtsjordemødre, jordemodercentre,
embedslæger og PLOs hjemmeside.

5. kontor

15. august 2002
J.nr.0.311-0009-2002/1 /tp

Islands Brygge 67
Postboks 1881
2300 København S

Telefon 7222 7400
Direkte 7222 7824
Fax 7222 7419
E-post tp@sst.dk

Sundhedsstyrelsen følger WHO's opfordring og anbefaler, at spædbørn ammes fuldt til 6 måneder.

WHO anbefalede i 2001 som en global folkesundhedsrekommandation, at spædbørn ammes eksklusivt til 6 måneder, og i 2002 opfordredes medlemslandene til at implementere anbefalingen. Danmark har tilsluttet sig anbefalingerne.

Baggrunden for at anbefale eksklusiv amning til 6 måneder er, at det er den sundeste og sikreste ernæring til spædbørn i udviklingslandene, men også at det vurderes, at de fleste spædbørn udviklingsmæssigt først er parate til anden mad omkring 6 måneder.

Hidtil har Sundhedsstyrelsen anbefalet fuld amning i 4-6 måneder og tilføjet, at de fleste spædbørn kan trives på modermælk til 6 måneder.

Sundhedsstyrelsen nye anbefalinger er:

- ❖ Fuld* amning til barnet er omkring 6 måneder, idet de fleste børn kan trives på modermælk i 6 måneder
- ❖ Delvis amning til 12 måneder evt. længere

Det bør være barnets udvikling og parathed, der er afgørende for tidspunktet for introduktion af overgangskost. Overgangskost bør ikke introduceres før 4 måneder og ikke meget efter 6 måneder. Et barn, der efter 4 måneder ikke bliver mæt af modermælk, kan starte med overgangskost. Barnet bør være godt i gang med anden mad (overgangskost) ved 9 måneder, og overgangsperioden bør være afsluttet ved 12 måneder.

* For danske forhold er det ikke relevant at skelne mellem *eksklusiv* amning, hvor barnet kun får modermælk, og *fuld* amning hvor barnet evt. får lidt vand ved siden af, men ernæres af modermælk.

Modermælk er den bedste ernæring til spædbørn, og de fleste spædbørn trives fint med modermælk det første halve år. Nogle børn kan have behov for anden mad før 6 måneder for at blive mæt, og det er barnets behov og signaler, der skal være afgørende for, hvornår efter 4 måneder man introducerer anden mad.

I dag ammes kun godt halvdelen af alle danske spædbørn fuldt i 4 måneder, omkring en fjerdedel ammes delvis, og en fjerdedel ammes ikke ved 4 måneder. Amning i mange måneder fungerer ikke i alle familier, og for nogle mødre fungerer amning slet ikke. Så er det vigtigt at vide, at børn under danske forhold trives ligeså godt på modermælkserstatning, og at det under danske forhold ikke er et problem, at overgangskost introduceres på det tidspunkt efter 4 måneder, som passer til barnets og familiens behov.

Det handler således ikke om amning for enhver pris, og det er under alle omstændigheder vigtigt, at sundhedspersonalet støtter moderen i hendes måde at ernære sit barn på.

Sundhedsstyrelsen anbefaler nedenstående prioritering til sundhedspersonale:

- Mødre skal oplyses om, at fuld amning dækker de fleste børns behov de første 6 måneder
- Først og fremmest skal andelen af børn, der ammes fuldt de første 4 måneder, søges øget
- I rådgivningen skal der tages udgangspunkt i danske børns sundhed og danske familiers situation

Med venlig hilsen

Tove Petersen
afdelingslæge

WHO's resolutioner WHA54.2 fra 18. maj 2001 og WHA55.25 fra 18 maj 2002 om infant and young child nutrition kan læses på WHO's hjemmeside: www.who.ch