



TJEK BLEEN

– den viser, hvordan jeres barn har det

- **Har jeres barn det godt?**
- **Får det nok at spise?**

I de første dage efter fødslen kommer man let i tvivl. I kan på en meget enkel måde tjekke, at jeres barn får, hvad det har brug for ved at kigge på indholdet af bleen.



Barnets afføring og mængden af urin ændrer sig dag for dag i den første leveuge. Bleen giver derfor et fingerpeg om, hvordan barnet har det, og om det får mælk nok. Barnet viser imidlertid også andre tegn på, hvordan det trives. Kontakt sundhedsplejersken eller den praktiserende læge, hvis I er i tvivl.

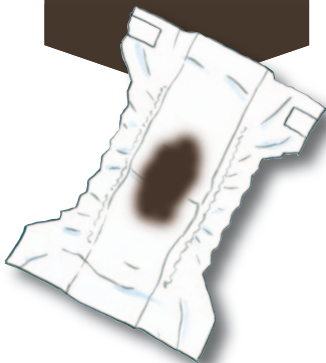
Tegn på, at barnet har det godt

- Barnet er interesseret i at blive ammet og får mindst 6 måltider i døgnet.
- Barnet tisser og har afføring svarende til alderen, se de næste sider.
- Barnet sover roligt og er vågent og opmærksomt i forbindelse med måltiderne og ved bleskift.
- Barnet virker veltilpas det meste af tiden og ikke sløvt.
- Barnet har en fin lyserød hudfarve, ikke grå eller bleg.
- Barnets afføring skifter farve dag for dag i den første uge. *Se bleanne her i pjecen.*

Dag 1-2

Urin: Barnet tisser første gang inden for 24 timer efter fødslen. Herefter tisser barnet 2 eller flere gange i døgnet.

Afføring: Barnet har 1 eller flere afføringer i døgnet. Barnets tarm indeholder affaldsstoffer, allerede når det bliver født. De første dage er afføringen sort/ brun/mørk grøn, se farven til højre. Den er tyktflydende og klistret. Den første afføring kaldes mekonium.



Spørgsmål og svar

- ? *Er det i orden, at barnet ikke har afføring hver dag i den første uge?*
- ➔ Hvis et barn ikke har afføring en eller to dage i den første uge, kan det betyde, at barnet har brug for at blive ammet hyppigere eller sutte mere effektivt. Enkelte børn får dog, hvad de har brug for, selvom de en enkelt dag ikke har afføring. Tal med personalet på fødestedet eller sundhedsplejersken.

Dag 3-4



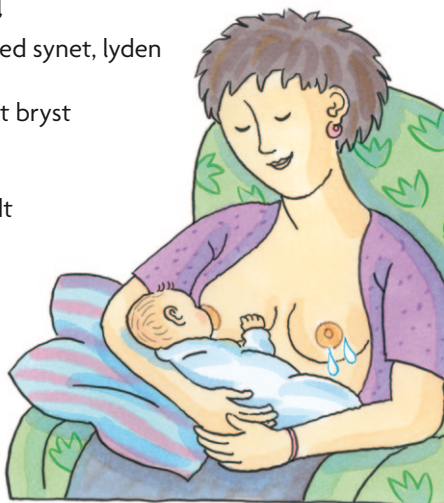
Urin: Barnet tisser mindst 3 gange i døgnet.

Afføring: Barnet har afføring mindst 2 gange i døgnet. Farven på afføringen skifter og bliver mere grøn. Den kaldes overgangsafføring.

Når mælken løber til, tisser barnet oftere, og bleerne føles tungere end i de første dage.

Tegn på, at mælken er løbet til

- Der drypper mælk fra brystet ved synet, lyden eller tanken om barnet.
- Der drypper mælk fra det andet bryst under amningen.
- Barnet kommer med tydelige synkelyde, når det har suttet lidt ved brystet.
- Barnet har 5-6 tunge bleer og mindst 4 afføringer pr. døgn.
- Barnets afføring har skiftet farve til gul og har en grynet konsistens.



Urin: Barnet har nu mindst 5 tunge bleer i døgnet, se nedenfor.

Afføring: Barnet har mindst 4 afføringer i døgnet. Farven på afføringen er skiftet til gulgrøn.

Dag 5-6



Spørgsmål og svar

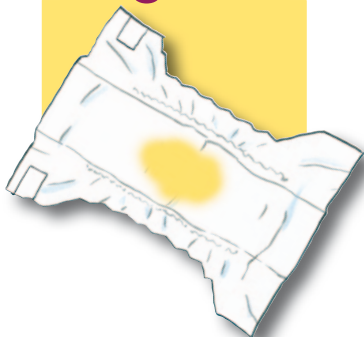
? *Hvad er 'en tung ble'?*

→ Når barnet tisser i bleen, bliver den tung. Er I i tvivl om, hvordan bleen skal føles, når barnet har tisset, kan I lave en 'ble-test':

Hæld 3 spiseskefulde (knap ½ dl) vand i en tør ble og mærk tyngden. Sådan føles en tung ble, når barnet er 5-6 dage gammelt. At veje bleen i hånden kan være den eneste måde at sikre sig, at barnet tisser nok, for bleen opsuger urinen og føles helt tør på overfladen. Jo ældre barnet bliver, jo tungere skal bleen føles.



Dag 7-30



Urin: Barnet har nu mindst 6 tunge bleer i døgnet.

Afføring: Hyppigheden kan falde en anelse. Barnet har nu mindst 3 afføringer i døgnet (større end en 5 krone). Afføringen er gul og har en syrlig duft. Den er løs/blød i konsistensen og kan være lidt grynet.

Nogle spædbørn får gul afføring før dag 7. Det er et godt tegn og betyder bare, at barnet sutter effektivt og får rigeligt med mælk.

Spørgsmål og svar

- ? *Er der forskel på afføringsmønsteret hos børn, der ammes, og børn, der får modermælkserstatning?*
- I den første uge er der ingen forskel mht. afføringens farve og hyppighed, eller hvor meget børnene tisser. Herefter er det almindeligt, at børn, der får modermælkserstatning, har færre og mindre løse/bløde afføringer. Det skyldes, at modermælkserstatning er sværere at fordøje end modermælk. Et barn, der udelukkende får modermælk, bliver ikke forstoppet.
- Hvis et barn, der får modermælkserstatning, ikke har afføring hver dag efter første leveuge, er det vigtigt at tale med sundhedsplejersken eller lægen om det, da barnet kan være forstoppet.

Orange pletter i bleen kan skyldes salte i urinen, såkaldte urater. De ses oftest kun en enkelt gang eller to i de første dage efter fødslen. Urater i bleen er et helt almindeligt fænomen de første 3 dage efter fødslen. Men de kan også være tegn på, at barnet ikke får mælk nok – specielt, hvis uraterne kommer efter de første 3 dage eller viser sig gentagne gange. Tal med personalet på fødestedet, sundhedsplejersken eller lægen, hvis I er i tvivl.



Bleer med andet indhold

Røde pletter i bleen hos den nyfødte pige kan skyldes en lille blødning fra skeden på grund af hormonpåvirkning fra moderen. Hvidt udflåd fra skeden er også almindeligt. Tal med sundhedsplejersken eller den praktiserende læge, hvis det fortsætter ud over barnets første leveuge.

Efter den første måned

Det er almindeligt, at børn fra ca. 4-ugers-alderen bliver ammet eller får flaske mindst 6 gange og har mindst 6 tunge bleer i døgnet. Mange børn har stadig hyppig afføring, andre har færre daglige afføringer end tidligere. Nogle børn kan have perioder, hvor der går 1-2 uger imellem, at de har afføring. Så længe barnet udelukkende får modermælk, er det helt normalt. Får barnet modermælkserstatning, er afføringen anderledes både i farve og lugt. Kontakt sundhedsplejersken, hvis I er i tvivl.

Kan bestilles hos:
Komiteen for Sundhedsoplysning
www.sundhedsoplysning.dk
E-mail: kfs@sundkom.dk
Telefon: 35 26 54 00
Fax: 35 43 02 13

Pjecen er gratis mod betaling af forsendelsesomkostninger.

Tal med sundhedsplejersken eller jeres praktiserende læge

- Hvis jeres barn får færre måltider i døgnet end beskrevet.
- Hvis barnets afføring er længere tid om at skifte farve, eller det har færre afføringer end beskrevet.
- Hvis barnet ikke tisser så meget som beskrevet.
- Hvis barnet er sløvt eller viser tegn på, at det ikke har det godt.

© Sundhedsstyrelsen og Komiteen for Sundhedsoplysning, 2009

1. udgave, 1. oplag, 2009

Manuskript: Ingrid Nilsson, sygeplejerske, MSA, IBCLC.

Fagredaktion: Annette Poulsen, sundhedsplejerske, MSP, IBCLC, Sundhedsstyrelsen

Redaktion: Komiteen for Sundhedsoplysning

Tegninger: Rina Dahlerup

Layout: Peter Dyrvig Grafisk Design

Tryk: Scanprint A/S