

Power Pumpning

Du kan bruge Power pumpning, hvis du gerne vil prøve at øge din mælkeproduktion og spare tid med færre pumpninger per dag.

Sundhedsplejen 
sætter spor

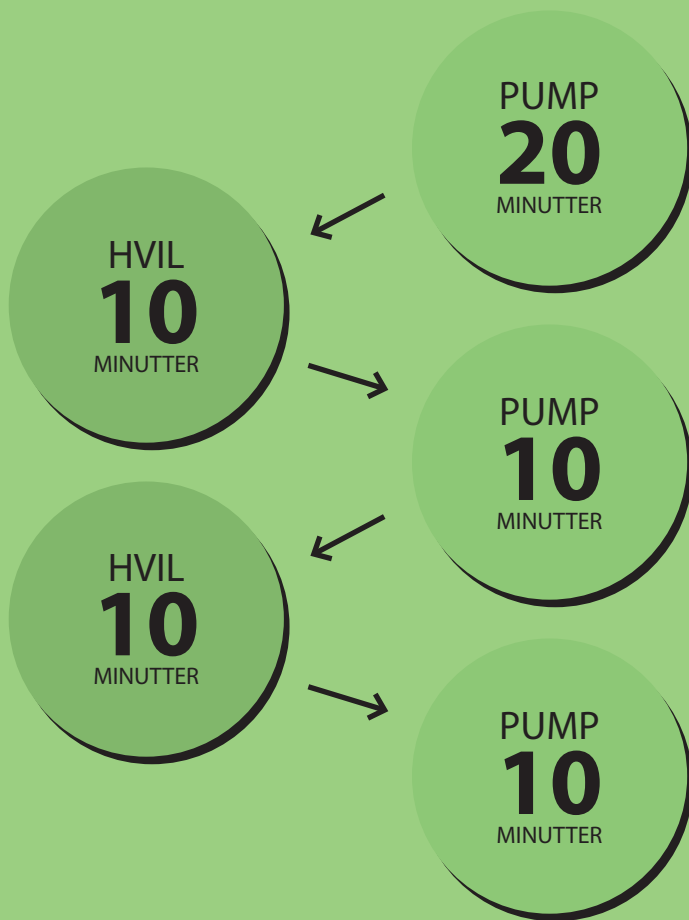


Hjørring Kommune

Powerpumpning kan være en god metode at bruge derhjemme, hvis du stadig har brug for at malke ud og gerne vil gøre det lidt mere effektivt. Ideen med powerpumpning er at efterligne et barn, der ammer meget hyppigt og i længere tid – ligesom når barnet prøver at sætte gang i en større mælkeproduktion.

Når du powerpumper, hjælper det kroppen med at frigive flere hormoner, tømme brystet bedre og give signal om, at der skal laves mere mælk.

Hvis du gerne vil booste din mælkeproduktion, kan du bruge powerpumpning på følgende måde:



Udmalkning af modermælk efter fødslen

