

Raynauds Syndrom

Raynauds syndrom er en ufarlig og sjælden tilstand, som kan give kraftige stikkende smerter ved alle amninger. Tilstanden kan blive forvekslet med en svampeinfektion ved brystet.

Mange kvinder oplever at smerter er lokaliseret til brystvorterne.

Man kan sagtens amme, selvom man har Raynauds syndrom, og der er flere tiltag man kan gøre, for at minimere eller helt fjerne smerterne ved amning.

Sundhedsplejen 
sætter spor



Hjørring Kommune

Hvad er Raynauds syndrom?

En ufarlig tilstand, som gør at de mindste blodkar i brystvorten trækker sig sammen, hvis de fx bliver påvirket af kulde, berøring, eller et barn der sutter ved amning.

Udover at det kan give smerter ved amning eller berøring, kan det også gøre at brystvorten ændrer farve ved amning. Nogle kvinder oplever at deres brystvorter kan blive hvide, blålige, eller røde, når barnet sutter.

Nogle kvinder har allerede hørt om Raynauds syndrom, som også kaldes Morbus Raynauds, fordi de har oplevet at få meget kolde og hvide fingre eller tæer, ved kuldepåvirkning.

Andre kvinder oplever smerterne første gang de ammer.

Hvad kan jeg selv gøre, hvis jeg har Raynauds syndrom?

Raynauds syndrom kan ikke helbredes, men man kan forsøge at lindre smerterne. Du kan altid snakke med din sundhedsplejerske eller egen praktiserende læge hvis du oplever smerter ved amning. Hvis du oplever stærke smerter, er det svært at amme. Så søg gerne hjælp.

- Sørg for at dit barn har en god sutteteknik og lægger tæt ved dit bryst. Få hjælp hvis du er i tvivl.
- Hold hele din krop godt varm. Både før og efter amningerne, da varme er med at til at minimere sammentrækninger der opstår ved kulde. Du kan også anvende uld ammeindlæg.
- Begræns gerne, eller undgå helt koffeinholdige drikkevarer som kaffe, te, og nikotin, da det får blodkarrene til at trække sig sammen, og dermed kan forværre smerter og ubehag ved amning.

Raynauds Syndrom kan behandles med medicin, også selvom du ammer.

Der findes medicin, fx Nifedipin, som du gerne må tage, mens man ammer. Medicinen virker ved at få blodkarrene i brystvorterne til at udvide sig og kan derfor mindske smerterne og ubehag.

Du kan kontakte din egen læge for at undersøge muligheden for behandling med medicin.

Smerter og sår på brysterne



Kilde?