

## 4. Kamratstöd som stöd för amning

Erbjud mamman möjlighet till kamratstöd vid sidan av stöd som erbjuds av hälsovårdspersonalen,

➤ **eftersom kamratstöd uppenbarligen stöder amning. (B)**

Mammor som fick kamratstöd helammade mer sannolikt i sex månader (OR = 2,81; 95 % CI 1,45–5,43), men effekten var inte lika stor som vid handledning som gavs av yrkespersoner (OR = 2,76; 95 % CI 1,76–4,33).

I en systematisk översikt<sup>1</sup> undersöktes amningsstödinterventioners koppling till helamningens förekomst vid sex månaders ålder. I översikten inkluderades RCT- eller kvasiexperimentella studier som behandlar temat. Studierna (n = 27) analyserades enligt teman samt med metaanalys.

**Studiens kvalitet:** Hög (JBI 11/11)

**Evidensstyrka:** 1b

**Relevans för den finländska befolkningen:** God

Utbildat kamratstöd som har börjat före och fortsatt efter förlossningen ökade inte förekomsten av helamning mellan försöks- och kontrollgrupperna på förlossningsjukhuset (p = 0,95) eller förekomsten av amning en (p = 0,14) eller sex månader (p = 0,96) efter förlossningen. Då resultaten standardiserades med amningsförtroende, ammade de deltagare som hörde till försöksgruppen mer sannolikt en månad efter förlossningen (OR 3,2; 95 % CI 1,02–9,8).

I en RCT-studie<sup>2</sup> undersöktes effekten av kamratstöd som inleddes under graviditeten på förekomsten av helamning och amning. Deltagarna (n = 120) delades upp i en försöksgrupp (n = 50) och en kontrollgrupp (n = 53) utifrån sina amningsattityder (stratifierad uppdelning). För största delen (66 %) av deltagarna i försöksgruppen började kamratstödkontakten under graviditeten och per telefon (85 %). Totalt 41 deltagare hade sammanlagt 129 kamratstödskontakter.

**Studiens kvalitet:** Hög (JBI 8/9)

**Evidensstyrka:** 1c

**Relevans för den finländska befolkningen:** Måttlig

**Kommentar:** Studien genomfördes bland personer som deltog i programmet The Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children (WIC). Deltagarnas socioekonomiska situation och sociala trygghetssystem var markant annorlunda jämfört med det i Finland. Mammor som deltar i WIC-programmet är huvudsakligen afroamerikanska, ensamstående föräldrar och föder barn när de är yngre än finländska mammor.

De mammor som fick utbildat kamratstöd per telefon ammade sannolikt mer än kontrollgruppens mammor tre månader efter förlossningen (RR 1,22; 95 % CI 1,10–1,34). Skillnaden i fråga om förekomsten av amning sex månader efter förlossningen var signifikant bland spanskspråkiga deltagare (RR 1,29; 95 % CI 1,10–1,51), men inte bland engelskspråkiga deltagare. Risken för att sluta helamma var mindre för spanskspråkiga deltagare som fick kamratstöd per telefon (RR 0,85; 95 % CI 0,53–0,79).

I en RCT-studie<sup>3</sup> undersöktes vilken effekt utbildat kamratstöd som gavs per telefon hade på förekomsten av att inleda amning, dess längd och förekomsten av helamning. Deltagare var mammor som deltar i WIC-programmet (n = 1 948). Deltagarna delades in i tre grupper: 1) inget kamratstöd (n = 635), 2) fyra telefonkontakter (n = 625), 3) åtta telefonkontakter (n = 625). Interventionerna 2 och 3 slogs samman i analysen.

**Studiens kvalitet:** God (JBI 7/9)

**Evidensstyrka:** 1c

**Relevans för den finländska befolkningen:** Måttlig

**Kommentar:** Studien genomfördes bland personer som deltog i programmet The Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children (WIC). Deltagarnas socioekonomiska situation och sociala trygghetssystem var markant annorlunda jämfört med det i Finland. Mammor som deltar i WIC-programmet är huvudsakligen afroamerikanska, ensamstående föräldrar och föder barn när de är yngre än finländska mammor.

Mammor som deltog i ett kamratstödsprogram (n = 336) började 22,3 procent mer sannolikt att amma (p < 0,001), ammade 9,0 procent mer sannolikt i tre månader (p < 0,002) och 6,2 procent i sex månader (p < 0,008) efter förlossningen än mammorna i kontrollgruppen (n = 654). Det förekom ingen skillnad i fråga om amning vid nio månaders och tolv månaders ålder.

I en register- och survey-studie<sup>4</sup> utvärderades effekten av ett kamratstödsprogram på mammor med låga inkomster som deltog i WIC-programmet i USA. Kamratstödjaren mötte mamman minst en gång och hade enligt mammans behov kontakt med mamman personligen eller per telefon efter mötet. Registerdata visar att kamratstödjarna under programmet medan de deltog i projektet genomförde i genomsnitt tre hembesök, två personliga möten någon annanstans och sex telefonkontakter. Mammorna deltog i projektet så länge de fortsatte amma, tills babyen fyllde ett år eller tills de inte ville att stödet skulle fortsätta. Mammor som kom med under graviditeten deltog i projektet i genomsnitt i 24 veckor.

**Studiens kvalitet:** Hög (JBI 8/9)

**Evidensstyrka:** 4b

**Relevans för den finländska befolkningen:** Måttlig

**Kommentar:** Studien genomfördes bland personer som deltog i programmet The Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children (WIC). Deltagarnas socioekonomiska situation och sociala trygghetssystem var markant annorlunda jämfört med Finland. Mammor som deltar i WIC-programmet är huvudsakligen afroamerikanska, ensamstående föräldrar och föder barn när de är yngre än finländska mammor.

➤ **eftersom gemensamt stöd som erbjuds av hälsovårdspersonalen och kamratstödjare stöder amningen allra bäst. (A)**

Alla stödformer tillsammans ökade längden på amningen och minskade risken att sluta amma före sex månaders ålder (RR 0,91; 95 % CI 0,88–0,96) och ökade sannolikheten för helamning vid sex månaders ålder (RR 0,86; 95 % CI 0,82–0,91).

I en systematisk översikt<sup>5</sup> granskades amningsstödetts effekt på längden på amningen. I översikten ingick RCT-studier och kvasiexperimentella studier (n = 52). Amningsstöd definierades som all slags uppmuntrande och kunskapsgivande stöd eller stöd som erbjuder samtal och som ges utöver den vanliga vården. Stöd erbjöds av yrkespersoner och kamratstödjare, och stöd erbjöds under sjukhusvistelsen samt efter hemkomsten i alla former av stöd (individuellt stöd, gruppstöd, telefonstöd).

**Studiens kvalitet:** Hög (JBI 10/10)

**Evidensstyrka:** 1b

**Relevans för den finländska befolkningen:** God

Handledning som gavs av en kamratstödjare (RR 0,64; CI 0,42–0,97) och handledning som gavs av en kamratstödjare och yrkesperson (RR 0,67; CI 0,50–0,90) minskade risken att sluta helamma vid 4–6 veckors ålder. Interventionen hade ingen koppling till helamning vid sex månaders ålder.

I en systematisk översikt<sup>6</sup> undersöktes amningsrådgivningens koppling till inledande av amning, helamning och amning. Studierna (n = 63) var RCT-studier eller kvasiexperimentella studier. Analysen gjordes med en metaanalys.

**Studiens kvalitet:** Hög (JBI 11/11)

**Evidensstyrka:** 1b

**Relevans för den finländska befolkningen:** God

#### Källor:

1. Srinivas GL, Benson M, Worley S, Schulte E. 2015. A clinic-based breastfeeding peer counselor intervention in an urban, low-income population: Interaction with breastfeeding attitude. *Journal of Human Lactation* 31(1), 120–128.
2. Reeder JA, Sibley K, Arnold D, Altindag O. 2014. Telephone peer counseling of breastfeeding among WIC participants: a randomized controlled trial. *Pediatrics* 134(3), e700–709.
3. Olson BH, Haider SJ, Vangjel L, Bolton TA, Gold JG. 2010. A quasi-experimental evaluation of a breastfeeding support program for low income women in Michigan. *Maternal & Child Health Journal* 14(1), 86–93.
4. Kim SK, Park S, Oh J, Kim J, Ahn S. 2018. Interventions promoting exclusive breastfeeding up to six months after birth: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *International Journal of Nursing Studies* 80, 94–105.
5. Renfrew MJ, McCormick FM, Wade A, Quinn B, Dowswell T. 2012. Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies [Cochrane Database Syst Rev](#), 16(5), CD001141. doi: 10.1002/14651858.CD001141.pub4.
6. McFadden A, Siebelt L, Marshall JL, Gavine A, Girard L-C, Symon A, MacGillivray. 2019. Counselling interventions to enable women to initiate and continue breastfeeding: a systematic review and meta-analysis. *International Breastfeeding Journal* 14(42), 1–19. <https://doi.org/10.1186/s13006-019-0235-8>