



Gammel Kongevej 1, 2. Sal
1610 København V
Danmark

info@semper.dk
www.semper.dk
www.facebook.com/semperdk

Ekstra sult hos spædbørn

En ny undersøgelse viser, at 32 % af de nybagte mødre i Danmark har svært ved at mætte deres spædbarn hver dag, og 49 % oplever, at de ikke kan mætte deres barn minimum én gang om ugen. Ekstra sult hos spædbørn er et fremtrædende emne i babydebatten på nettet og et stort problem for mange forældre. "Spædbarnsalderen er det tidspunkt i livet, hvor der er det største energibehov i forhold til kropsvægten. Det kræver meget energi at understøtte den fantastiske vækst" siger kandidat i human ernæring, Mathilde Østergård fra Semper. Hun råder forældrene til at lytte til barnets signaler og lade barnets appetit bestemme mængden af mad. Ofte melder den ekstra sult sig i vækstperioder, hvor barnet har behov for ekstra energi og næring.

Baby vil ammes eller have flaske hver eller hver anden time. Baby spiser og spiser, men melder sig allerede klar til næste måltid kort tid efter igen. Mor prøver at følge med, men med så mange måltider i døgnet er mor træt og frustreret, og far er ikke til megen hjælp, når barnet skal ammes. Hvis mor ikke giver barnet den mælk, det beder om, har hun et grædende og sultent barn og føler sig som en elendig mor. Nattesøvnen spoles for både mor og baby, og overblikket forsvinder. Hvad sker der? Hvordan mætter jeg mit sultne barn? Mangler barnet noget? Har andre børn det på samme måde? Gør jeg noget forkert? Skal jeg sige nej til et lille barn, der beder om mad? Er der noget galt? Hvad skal jeg gøre? Hvorfor kan mit barn ikke bare sove? Hvordan får vi lidt ro om natten?

Mange mødre til spædbørn vil kunne genkende spørgsmålene og den pinefulde indre kværnen ovenfor. I langt de fleste tilfælde kan eksperterne dog heldigvis berolige mor og fortælle hende noget, hun sikkert allerede godt ved, men har glemt, fordi hendes lille barn græder, og hun er træt og bekymret for babys trivsel - nemlig at børn er forskellige.

32% af spædbarnsmødre oplever ekstra sult hos baby hver dag

Semper har netop gennemført en undersøgelse med 423 mødre til spædbørn, hvoraf 46 % ammede deres børn, 36 % gav modermælkserstatning og 18 % kombinerede de to. Nogle af de mest opsigtsvækkende resultater fra undersøgelsen er, at:

- 32 % af mødrene oplever, at de ikke kan mætte deres barn med modermælk eller de eksisterende produkter på markedet, da deres barn er ekstra sultent min. 1 gang om dagen.
- 49 % af mødrene oplever, at de ikke kan mætte deres barn med modermælk eller de eksisterende produkter på markedet, da deres barn er ekstra sultent min. 1 gang om ugen.

Mathilde Østergård fra Semper er kandidat i human ernæring og fungerer som rådgiver inden for spæd- og småbørns ernæring: - "Nogle børn har en glubende appetit og har brug for ekstra energi og næring. Børns appetit reguleres nøje efter deres energibehov. Det første år af barnets liv foregår der en kolossal vækst og udvikling, og det tigerspring, barnet foretager vækstmæssigt kræver meget energi. Som forældre skal man ikke være bekymret for sit ekstra sultne spædbarn, men lytte til barnets signaler og bare forsøge at følge med. Og så er det altid en god idé at tale med sin sundhedsplejerske og få hendes helt konkrete råd til det enkelte barn, da børn og deres behov netop er så forskellige."

Forældre er velkomne til at kontakte Semper via e-mail info@semper.dk eller telefon 80 60 74 00, hvor spørgsmål dagligt besvares. På semper.dk er der i øvrigt masser af information og gode råd om ernæring, sundhed og måltider for spædbørn og småbørn.

Undertegnede står gerne til disposition for henvendelser om uddybning. Kontakt venligst:

Produktchef Mathilde Østergård

Semper AB

Direkte telefon 32 64 01 64

.....

Om Semper

Semper har mere end 70 års erfaring med babymad og er i dag kendt af småbørnsforældre som et stærkt navn inden for modermælkserstatning og økologisk babymad. Se mere på www.semper.dk eller www.facebook.com/semperdk