



Ur nyhetsarkivet 2003-10-03, [Livsmedelsverket](#)

Bara bröstmjök till sex månaders ålder

Livsmedelsverket råder nyblivna mammor att, om möjligt, ge enbart bröstmjök till spädbarn fram till sex månaders ålder, och först därefter komplettera med annan föda. Det är fördelaktigt om bröstmjök utgör en del av kosten under hela första levnadsåret eller längre. Tidigare råd har varit att introducera övergångskost när barnet är fyra till sex månader gammalt. Ändringen är en följd av en expertkonsultation i WHO:s regi 2001 och en därpå antagen resolution av Världshälsöförsamlingen.

Experternas avvägning

Experternas slutsats är en global folkhälsorekommendation. Enbart amning under de första sex månaderna medför många fördelar för såväl barnet som modern.

Svenskt övervägande

Livsmedelsverket har tillsammans med Expertgruppen i Pediatrisk Nutrition och i samråd med Socialstyrelsen och Socialdepartementet tagit följande ställningstagande: "Den första tiden är bröstmjölken barnets bästa näring. De flesta barn klarar sig utmärkt på enbart bröstmjök de första sex månaderna av sitt liv. Från ungefär sex månader bör amningen av näringsmässiga skäl kompletteras med annan föda, men det är fördelaktigt om bröstmjölken utgör en del av kosten under hela första levnadsåret eller längre."

Barnhälsovård

Livsmedelsverket och Socialstyrelsen kommer att sprida information om det svenska ställningstagandet till dem som arbetar med barnhälsovård.

Märkning

Sedan 1 oktober, 1997 gäller inom EU att spannmålsbaserade livsmedel och barnmat för spädbarn och småbarn inte får rekommenderas för barn yngre än fyra månader. EU planerar att revidera det styrande direktivet. Den svenska expertgruppens hållning är att produkterna bör märkas som lämpliga från cirka sex månader, men tidigast från fyra månaders ålder.

Se även:

[The optimal duration of exclusive breastfeeding. A systematic review. \(pdf\)](#)

[The optimal duration of exclusive breastfeeding. Report of an expert consultation, Geneva, Switzerland 28-30 March 2001\(pdf\)](#)

Ytterligare upplysningar:

Åsa Brugård Konde, nutritionist: tel. 018-17 55 73

Annica Sohlström, chefsnutritionist: mobil 0709-24 56 75

Livsmedelsverket, Box 622, 751 26 Uppsala, tel: 018-175500