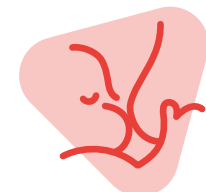


HVORFOR REDUCERER AMNING MIN RISIKO FOR AT FÅ BRYSTKRÆFT?

Da de fleste brystkræftformer er hormonafhængige, kan de gavnlige virkninger af amning forklares ved ændringer af brystets struktur og lavere levetidseksponering for hormoner hos moderen.

Hvad kan jeg gøre?



Det anbefales, at babyer ammes uden andre fødevarer eller drikkevarer, indtil de er omkring 6 måneder gamle. Derefter anbefales amning sammen med passende typer og mængder af andre fødevarer.



Jo længere du ammer, jo mere reduceres risikoen.



Amning reducerer moderens kræft risiko. Hvis du kan, skal du amme dit barn.

Tips til at gøre noget

1

Lær om amning og fordelene ved den under graviditet og efter fødslen.

2

Vær opmærksom på dine amningsrettigheder.

3

Am og søg støtte, hvis du har problemer.

4

Amning kan være en udfordring. Fokuser på fordelene ved amning for dig selv og din baby for at holde dig i gang.

5

Nogle mødre kan ikke amme af forskellige årsager. Vær venlig mod dig selv, hvis det er tilfældet for dig. Der er andre måder at reducere din kræft risiko på.

Dette er en ud af 12 evidensbaserede anbefalinger i Den europæiske kodeks mod kræft. Du kan finde mere information her: cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/da/12-muligheder



Dette faktablad er udviklet af Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) inden for BUMPER-projektet. Du kan få mere information om projektet her: bumper.cancer.eu



Finansieret af Den Europæiske Union. Synspunkter og meninger, der udtrykkes, er dog kun forfatterens/forfatterens og afspejler ikke nødvendigvis Den Europæiske Unions eller HaDEAs synspunkter. Hverken Den Europæiske Union eller den bevilgende myndighed kan drages til ansvar for dem.

Indhold baseret på 4. udgave af Den europæiske kodeks mod kræft. Senest opdateret oktober 2024.



GENERALITAT
VALENCIANA



Fundació
Fisabio

