Spedkost 3 og Småbarnskost 3

Jannicke Borch Myhre
Lene Frost Andersen
Institutt for medisinske basalfag
Universitetet i Oslo

Disposisjon

- Generell informasjon om Spedkost og Småbarnskost undersøkelsene
- Amming
  - Anbefalingene
  - Ammeutvikling
- Introduksjon til fast føde
- Kosthold til barn på 6, 12 og 24 måneder v/Jannicke Borch Myhre

Sped- og småbarnskostundersøkelsene

- **Landsdekkende undersøkelser:**
  - 1998-99
  - 2006-07
  - 2018-19
  - NB-Ammeundersøkelse 2013

- **Spedkost** er en undersøkelse av kostholdet til spedbarn på 6 og 12 måneder

- **Småbarnskost** er en undersøkelse av kostholdet til barn på 2 år

Deltagerne

- **Invitert til å delta:**
  - Ca 3000 barn født av skandinaviske mødre.

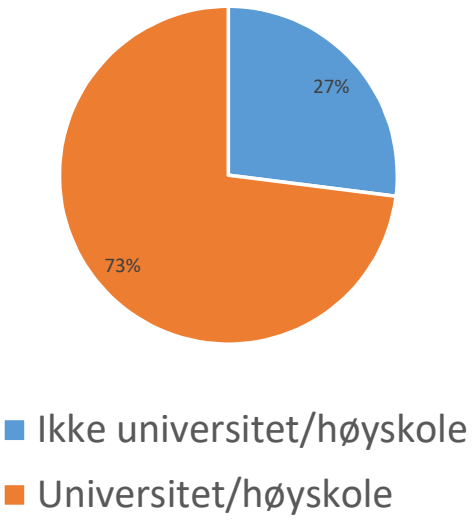
- **Deltagelse:**

	1998-99	2006-07	2018/19
6 måneder	80%	67%	73%
12 måneder	66%	57%	66%
2 år	57%	56%	47%

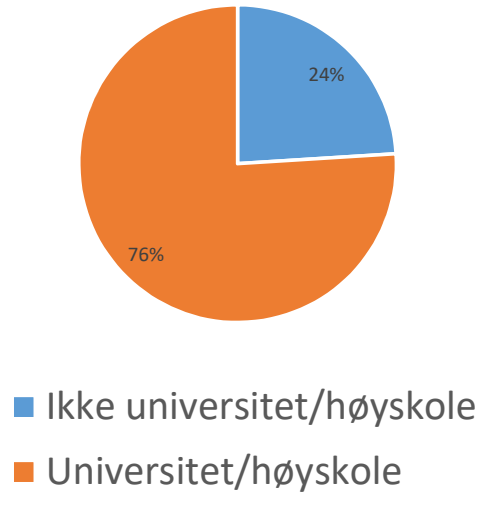
FHI UiO : Universitetet i Oslo Helsedirektoratet Mattilsynet

Deltagelse – utdannelse mor

Spedkost



Småbarnskost



Metode

- Beskrive vanlige kostholdet - de 14 siste dagene

- Spørreskjema (papir/nett) ved 6 måneders alder
  - Amming og fullamming
  - Ca 50 matvarer
  - Mest frekvenser
  - Ikke beregne inntak av energi eller næringsstoffer

- Spørreskjema (papir/nett) ved 12 og 24 måneders alder
  - Amming
  - Ca 200 matvarer
  - Både frekvens og mengde ble rapportert
  - Beregne inntak av energi og næringsstoffer

Metode

- **Mengde spist:**
  - Bildehefte med 17/18 bildeserier til 1- og 2-åringer
  - Når ikke bilde var tilgjengelig så ble husholdningsmål som skiver, skjeer etc. brukt

Amming

Nasjonale faglige retningslinjer for spedbarnsernæring

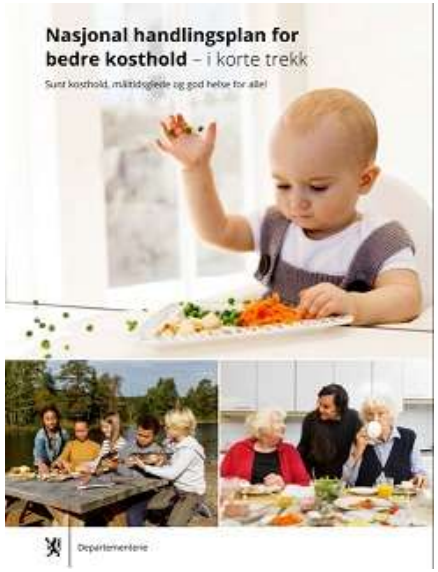
- Spedbarn og familier er ulike, og råd om morsmelk og annen mat må tilpasses hvert barn og hver mor.
- Barnet bør om mulig få morsmelk i hele første leveår og gjerne lenger dersom barn og mor trives med det.
- Morsmelk er den beste maten for spedbarnet, og barnet kan trygt få kun morsmelk de første seks månedene, med tilskudd av D-vitamin, dersom barn og mor trives med det.

Nasjonale faglige retningslinjer for spedbarnsernæring

Fast føde

- Introduksjon av fast føde ved 6 måneders alder.
- Hvis behov før; tidligst fra 4 måneders alder

Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold 2017 - 2021

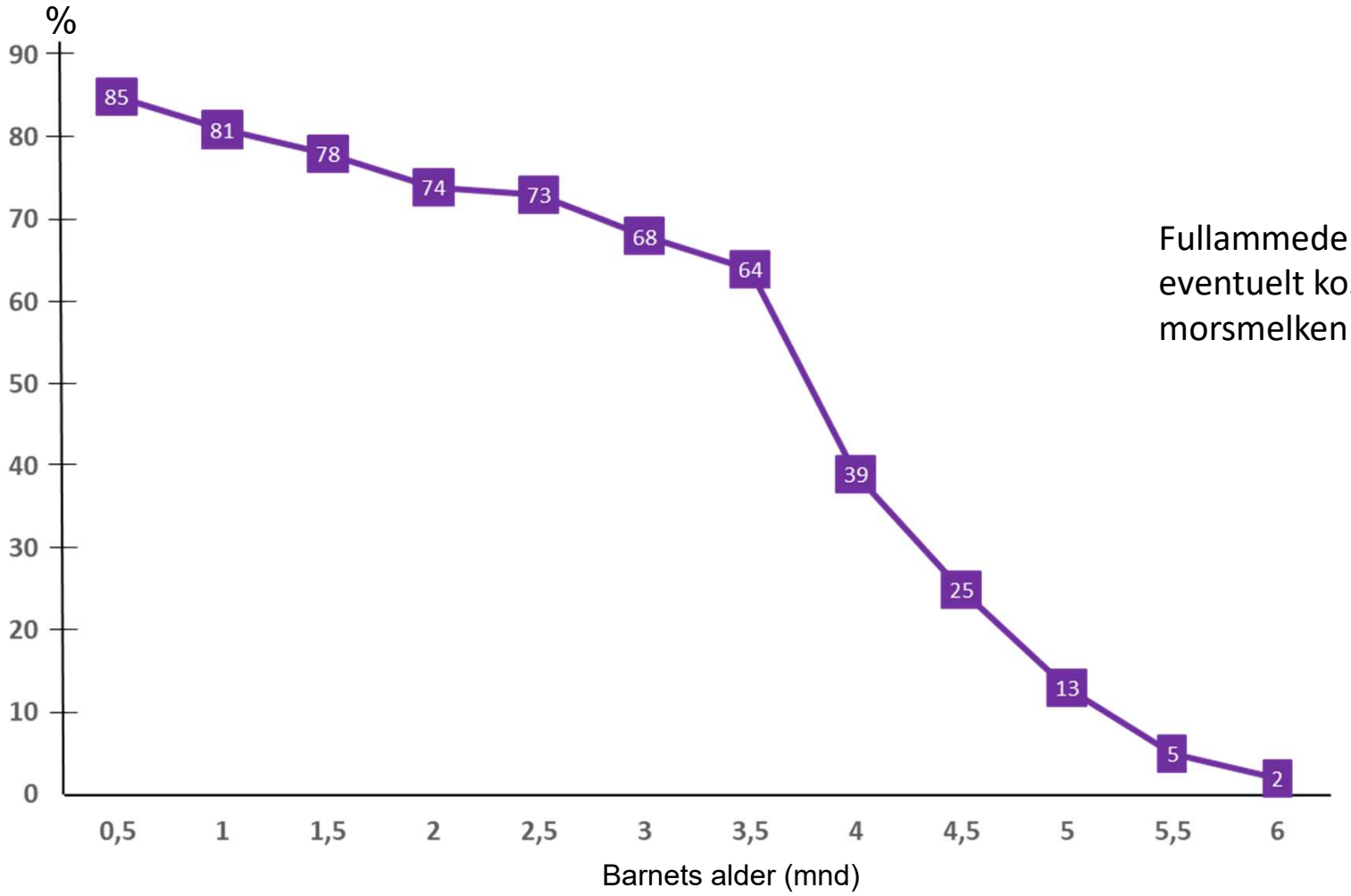


Mål for spedbarn:

- 60% fullammes ved 4 måneders alder
- 25% fullammes **frem til** 6 måneders alder
- 50% ammes ved 12 måneders alder

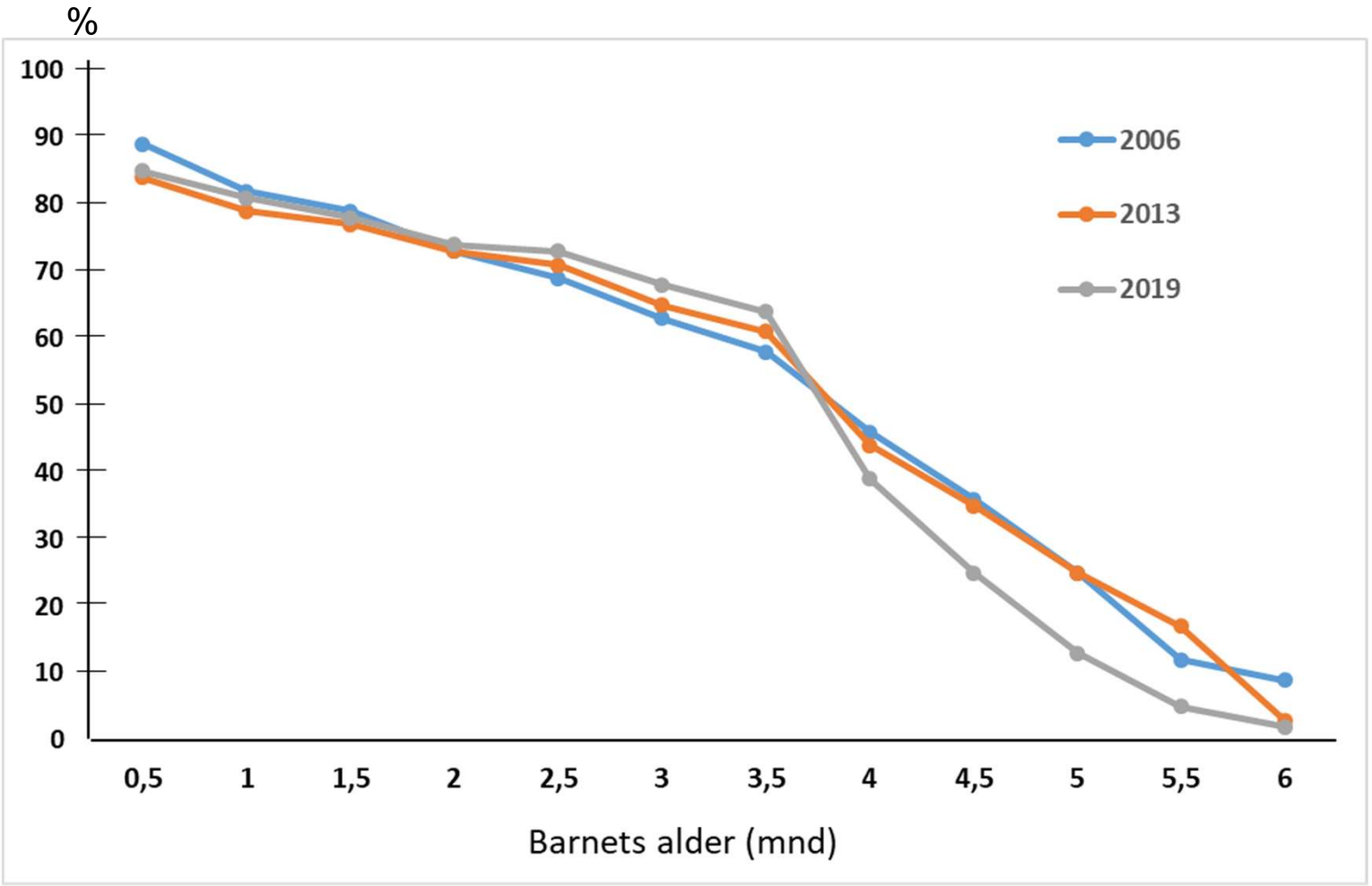
https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nasjonal-handlingsplan-for-bedre-kosthold-20172021/id2541870/

Fullamming første levehalvår – Spedkost 3 (2018)

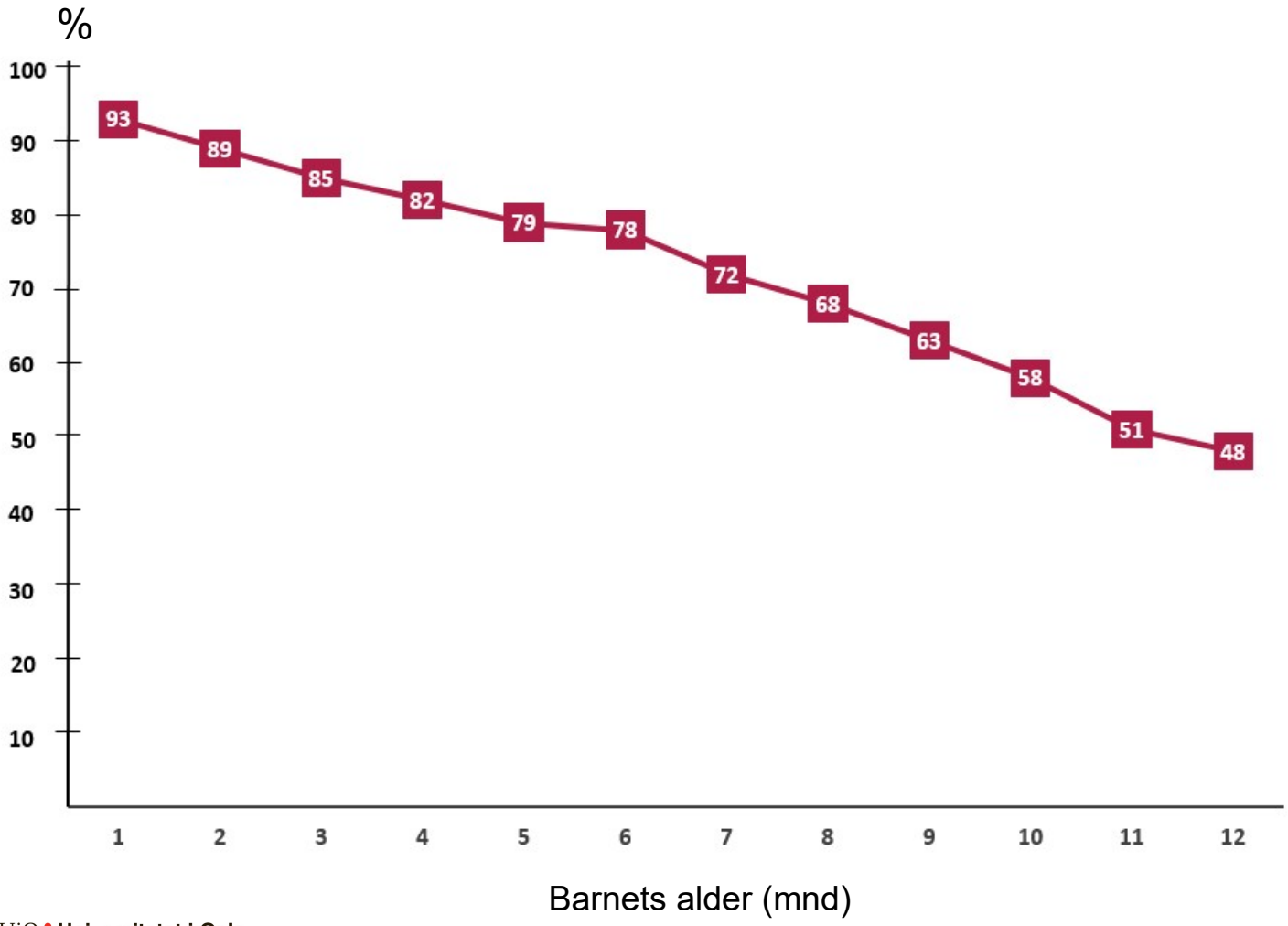


Fullammede barn fikk kun morsmelk, og eventuelt kosttilskudd i tillegg til morsmelken

Fullamming første levehalvår – utvikling over tid

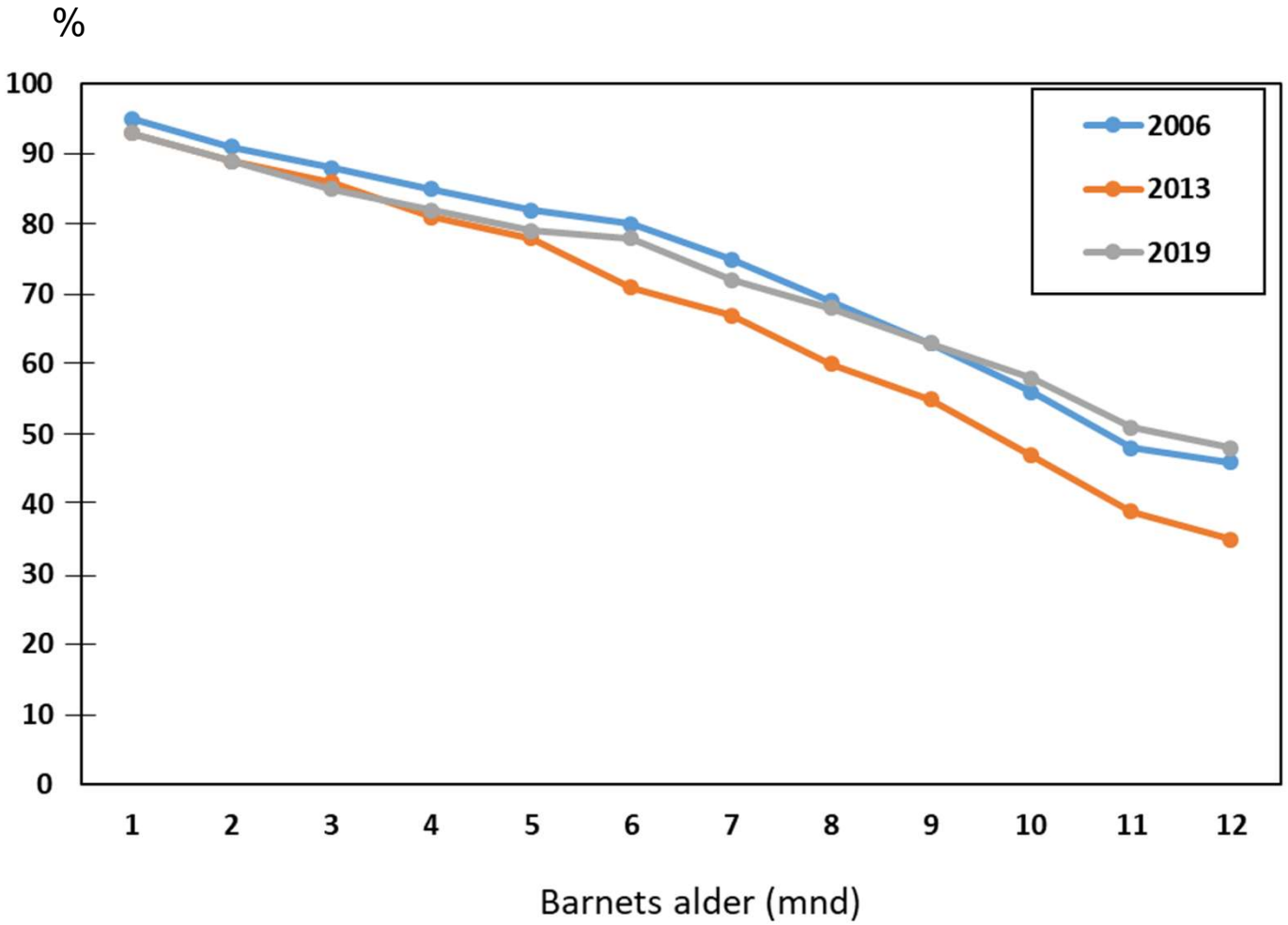


Amming første leveår – Spedkost 3 (2019)

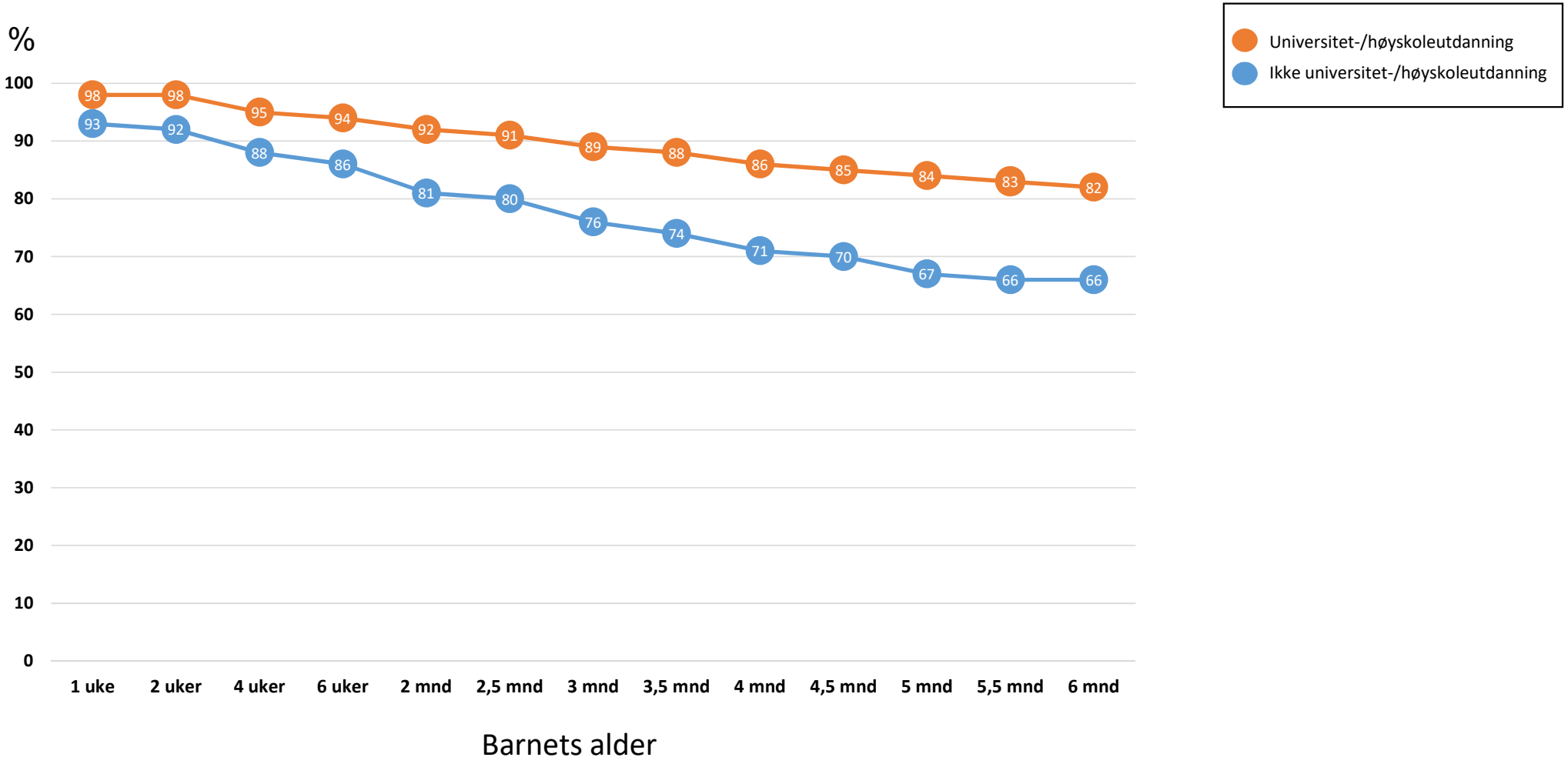


Ammede barn inkluderer andel barn som fikk morsmelk, enten alene eller sammen med annen mat.

Amming første leveår – utvikling over tid



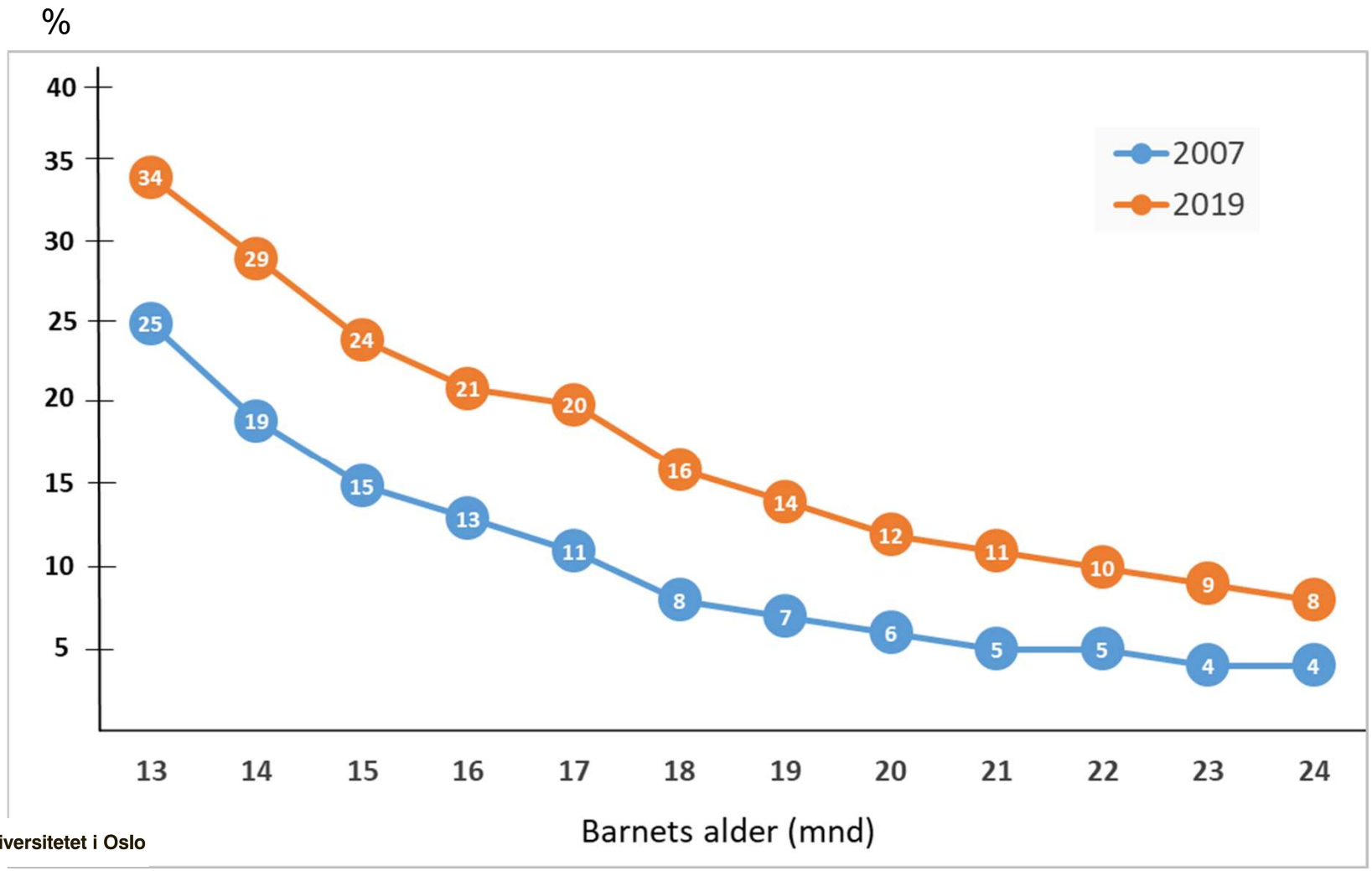
Amming første levehalvår etter mors utdanningsnivå – Spedkost 3 (2018)



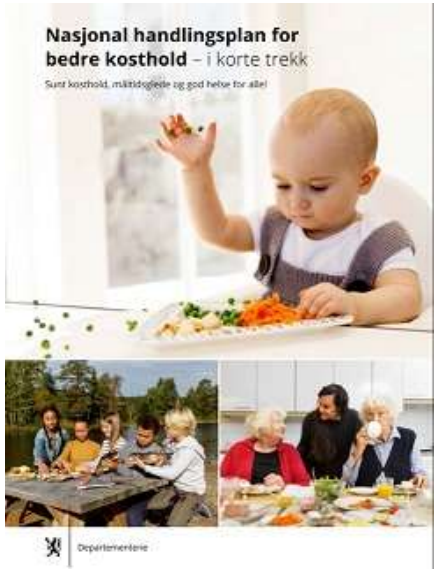
Årsak til ammeslutt den første levehalvår – Spedkost 3 (2018)

	Antall og andel (%)	
Grunn til ikke å amme/slutte å amme	**Viktigste grunn, (n=485)**	**Nest viktigste grunn, (n=461)**
For lite melk	203 (42 %)	108 (23 %)
Barnet ville ikke	70 (14 %)	74 (16 %)
Sugeproblemer	42 (9 %)	35 (8 %)
Mor syk/medisinbruk	28 (6 %)	12 (3 %)
Andre grunner	27 (6 %)	34 (7 %)
Ingen spesielle problemer, men ønsket ikke å amme (lenger)	25 (5 %)	19 (4 %)
Barnet sykt/for tidlig født	16 (3 %)	12 (3 %)
Såre brystknopper	15 (3 %)	25 (5 %)
Brystoperert	15 (3 %)	22 (5 %)
Brystbetennelse	13 (3 %)	10 (2 %)
Bekymring/stress/sliten	12 (2 %)	53 (11 %)
Kolikk/urolig barn	6 (1 %)	16 (3 %)
Tilstoppede melkeganger	5 (1 %)	11 (2 %)
Mor begynte å arbeide/å studere	3 (1 %)	4 (1 %)
Ble rådet til å slutte	3 (1 %)	20 (4 %)
Barnet biter/har fått tenner	2 (0,4 %)	6 (1 %)

Amming i andre leveår – Småbarnskost 3 (2019)



Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold 2017 - 2021



Mål for spedbarn sammenlignet med Spedkost 3:

- 60% fullammes ved 4 måneders alder
  - Spedkost 3: 39%
- 25% fullammes **frem til** 6 måneders alder
  - Spedkost 3: 5% fullammes ved 5.5 måned
- 50% ammes ved 12 måneders alder
  - Spedkost 3: 48%

https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nasjonal-handlingsplan-for-bedre-kosthold-20172021/id2541870/

Fast føde

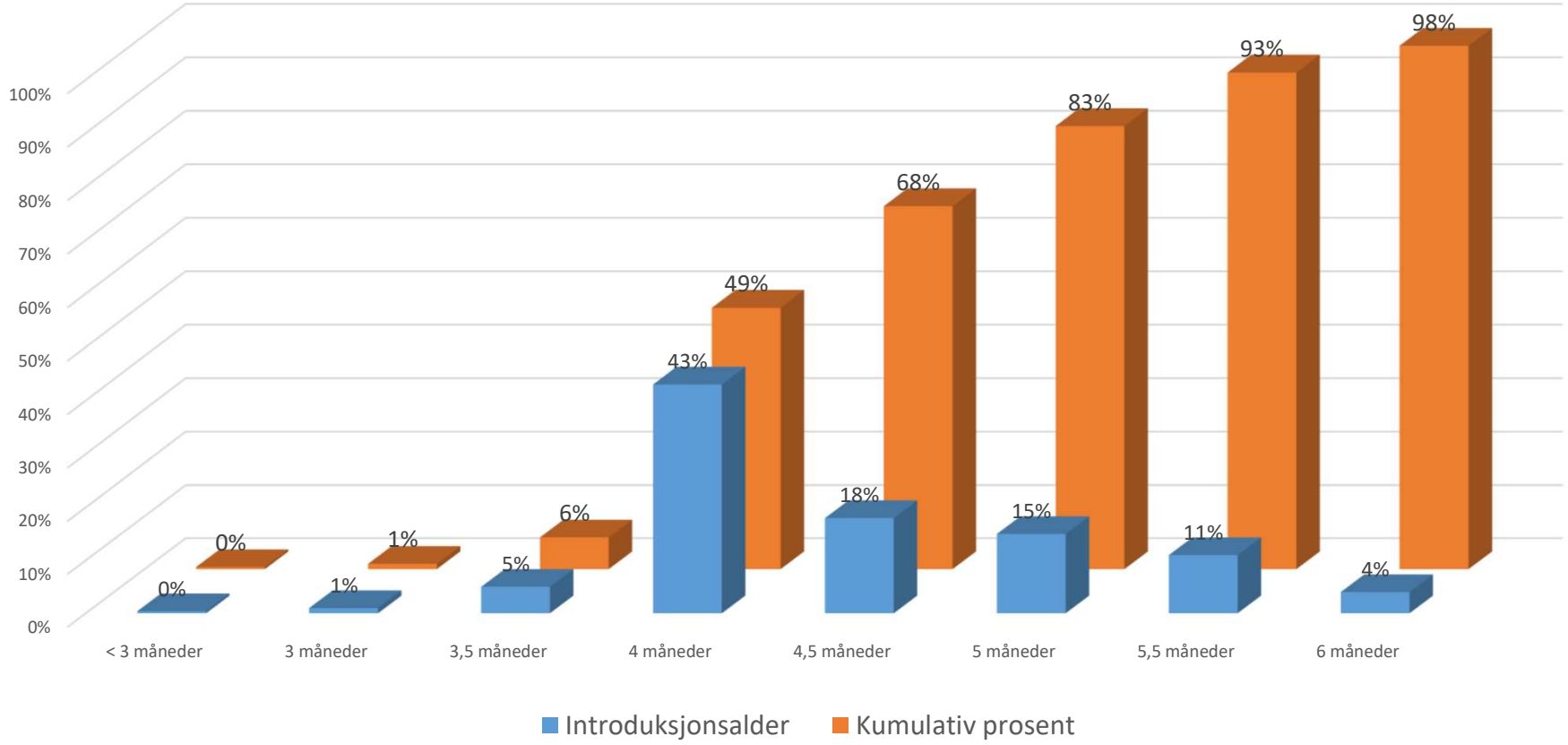
Anbefalinger for spedbarnsernæring

Nasjonale faglige retningslinjer for spedbarnsernæring

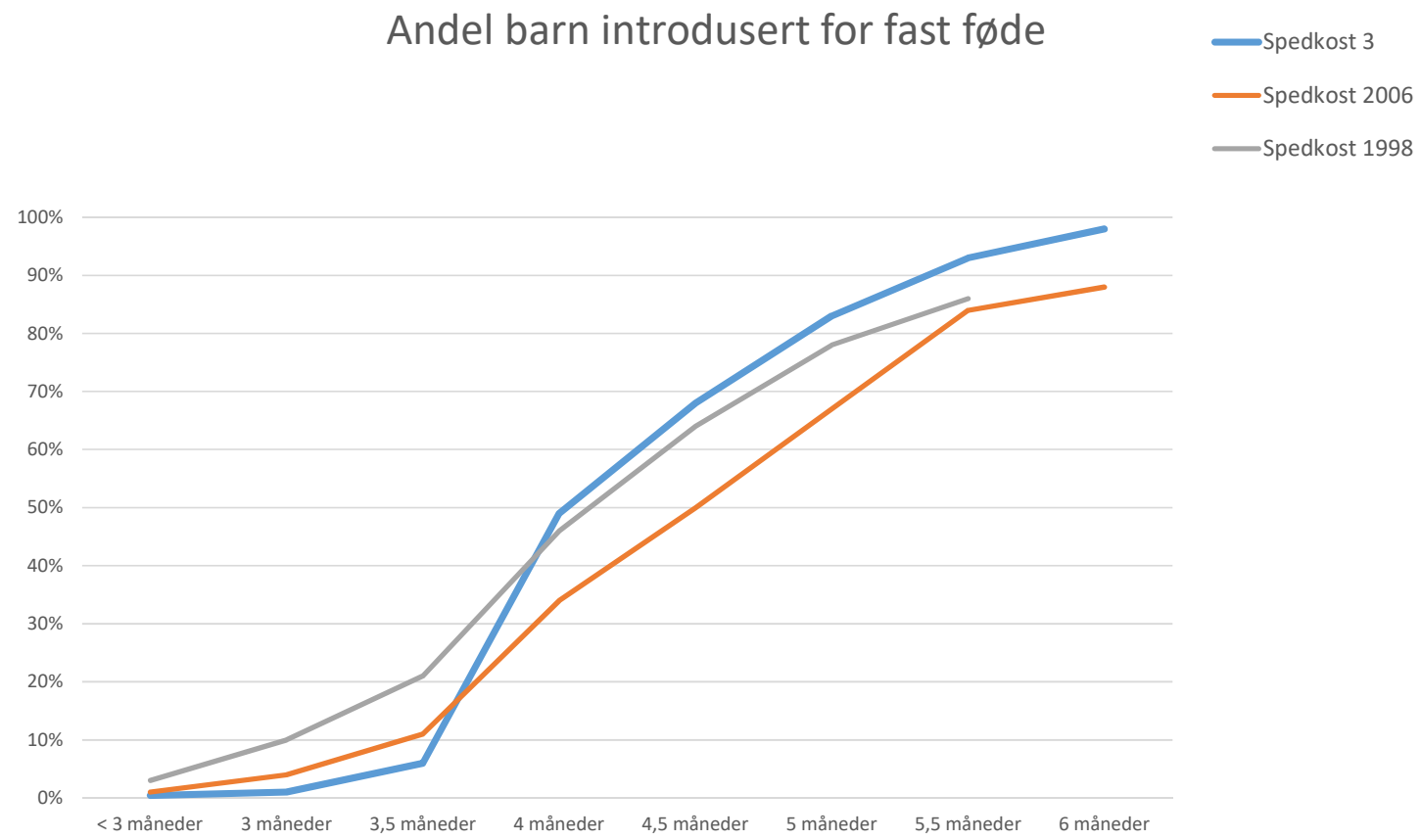
Fast føde

- Introduksjon av fast føde ved 6 måneders alder.
- Hvis behov før; tidligst fra 4 måneders alder

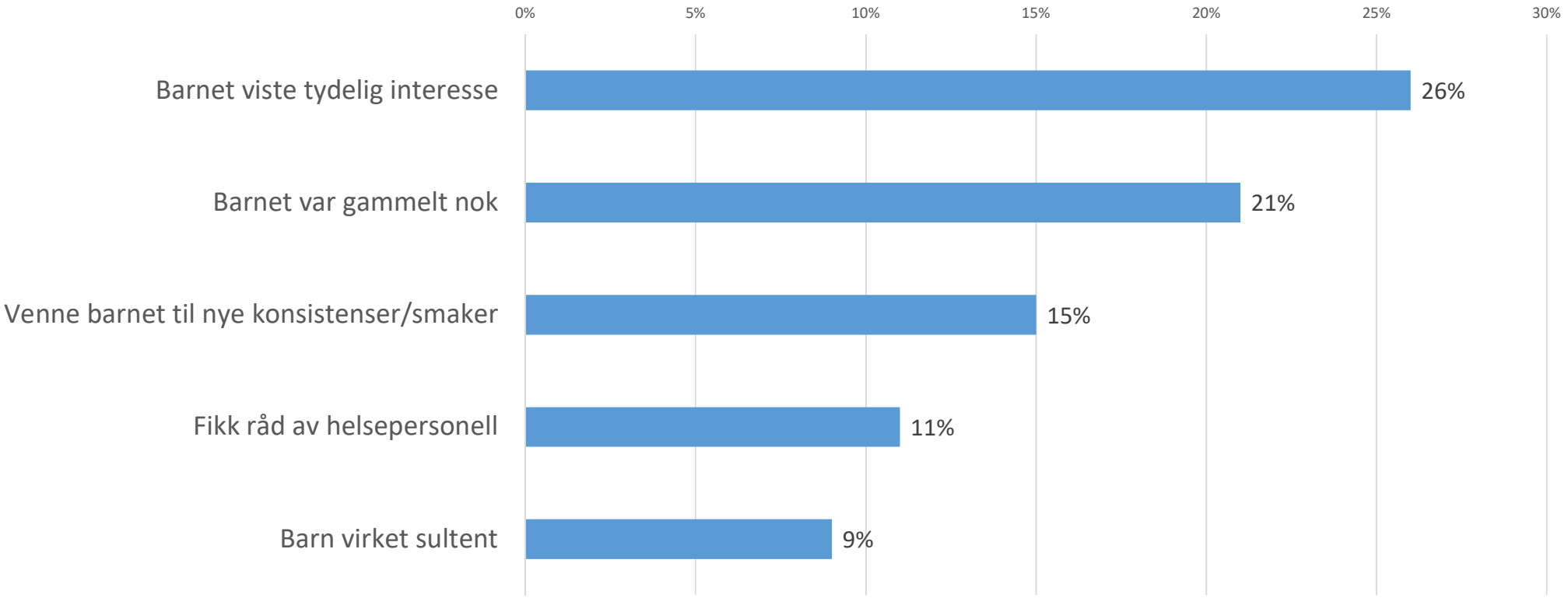
Når begynner barna med fast føde?



Introduksjon av fast føde, utvikling over tid



Oppgitte årsaker til oppstart med fast føde – Spedkost 3 (2018)



Hva unngår man å gi barnet – Spedkost 3 (2018)

Tabell 75: Matvarer som unngås ved 6 måneders alder fordi man er redd for at barnet skal reagere med allergi/intoleranse i Spedkost 3 og Spedkost 2006.

Matvare	Spedkost 3, andel (%) (n=2182)[1]	Spedkost 2006, andel (%) (n=1986)[1]
Unngår ingen matvarer	**82 %**	**66 %**
Unngår matvarer	18 %	34 %
Vanlig kumelk	11 %	33 %
Nøtter/nøtteprodukter (peanøttsmør o.l.)	9 %	28 %
Egg	4 %	18 %
Appelsin/appelsinjuice/annen sitrusfrukt	4 %	23 %
Matvarer med tilsetningsstoffer	3 %	14 %
Fisk/skalldyr	2 %	20 %
Annet	2 %	4 %
Glutenholdig melk/korn (hvete, rug, bygg)	2 %	9 %
Soya	2 %	5 %
Morsmelkerstatning	2 %	4 %
Belgfrukter (erter, bønner o.l.)	1 %	12 %

[1]Flere enn en type matvare kunne rapporteres, summen av prosenter blir derfor større enn 100.

Oppsummering

- Fremdeles en høy andel som ammer det første leveåret !
- Andel som fullammer frem mot 4 måneders alder relativ likt som i 2006 og 2013, men lavere andel som fullammer i perioden frem mot 6 måneders alder
- Høyere andel som gir fast føde omkring 4 måneders alderen enn observert i tidligere spedkost undersøkelser