

# Pustealarm – bare falsk trygghet?

**Krybbedød rammer tilsynelatende friske barn uten forvarsel, men kan de reddes med pustealarm? – Nei, viser forskningen. Likevel bruker foreldre pustealarm på friske spedbarn. – Alarmen gir meg nødvendig trygghet, sier nybakt mor Veronicka Ruud.**

Tekst: Line Schrader og Trine Giving Kalstad



Det er lett å la seg lure til å tro at man som ansvarlige foreldre bør bruke pustealarm/monitor for å sikre spedbarnet sitt mot krybbedød. Enkelte leverandører av pustemonitorer til hjemmebruk hevder at monitoren gir maksimal sikkerhet mot krybbedød og anbefaler den til alle spedbarn det første leveåret. Dette er det lite hold i.

– Pustealarm er en ”mekanisk valium-tablett”. Den kan gi beroligende effekt for foreldrene uten å forebygge mot krybbedød, sier overlege Jens Grøgaard ved Barneklubben, Ullevål universitetssykehus. Det er vitenskaplig vist at hjemmebruk av pustemonitor verken hindrer eller forebygger krybbedød. I tillegg har man fortsatt ingen kjente symptomer eller kliniske markører som kan identifisere potensielle krybbedødsbarn. Det finnes derfor ingen medisinsk grunn for hjemmebruk av pustemonitor for å forebygge krybbedød.

– Pustealarm er absolutt ikke noe alle barn bør ha første leveår. De første spedbarnsmånedene utvikles pustemønsteret fra å være uregelmessig med både korte og lange pustepauser til mer regelmessig

og voksent pustemønster. Bruk av monitor under de første tre til fire måneder vil derfor gi mange falske alarmer. Det er viktig å ikke gjøre foreldre mer engstelige enn nødvendig. De fleste alarmer som utløses er falske, og dette kan oppleves traumatisk for foreldrene, sier Grøgaard som frykter en sykeligjøring av friske spedbarn dersom bruken av pustealarm brer om seg. – Hjemmemonitorering bør kun brukes i samråd med og under oppfølging fra sykehus i tilfeller der spedbarn har alvorlige pustelidelser, sier Grøgaard som også uttrykker forståelse for at engstelige foreldre velger å bruke pustemonitor på sine barn.

## **Psykologisk betydning**

Pustemonitor kan ha en viktig psykologisk funksjon for engstelige foreldre. Ikke minst gjelder dette foreldre som har mistet barn i krybbedød tidligere. Selv om monitoren ikke forebygger mot krybbedød, kan det være trygt å vite at de i det minste får muligheten til å starte gjenopplivning så fort som mulig.

– Bruk av pustemonitor på min nyfødte

gutt gir meg nødvendig trygghet til at jeg i det hele tatt skal kunne få lagt han fra meg, sier Veronicka Ruud som for fem uker siden fødte sitt fjerde barn. Hun og mannen Tommy Ruud mistet tre uker gamle Maya i krybbedød for snaut to år siden. Barneavdelingen ved Haukeland sykehus imøtekom deres ønske om å bruke pustemonitor og ga dem opplæring i førstehjelp før utlevering av monitor. De får også en oppfølgings samtale etter en tid med tanke på at bruken av monitor etter hvert skal avvikles. – For meg er det bedre med 30 falske alarmer enn å ikke skulle få være til stede dersom babyen skulle stoppe å puste, sier hun. Tommy Ruud er imidlertid ikke like glad for å bruke pustemonitor på minstemann. – Han er skeptisk og mener at det kan gi oss en falsk trygghet. Derfor har vi inngått et kompromiss. Jeg bruker alarmen når jeg er alene hjemme, og så over vi på å ikke bruke den når han er hjemme. Carl Emil er jo en frisk gutt, og vi ønsker ikke å sykeliggjøre han. Målet er etter hvert å trappe ned bruk av pustemonitor, forteller Ruud.

Les mer om monitor på [www.lub.no](http://www.lub.no).

## **Profilér Landsforeningen!**

Nå kan du kjøpe profileringsartikler med Landsforeningens flotte logo. Overskuddet går til Landsforeningens formålsarbeid. Mangler du ofte en 10'er til handlevognen? Da anbefaler vi en nøkkelring med logoen preget inn i handlevognsmynten. Ellers kan vi tilby gode kulepenn og kopper. Ta kontakt med hovedkontoret for bestilling.

*Alle prisene er inkludert porto og ekspedisjon.*



**Nøkkelring kr 65,-**



**Kulepenn kr. 20,-**



**Kopp kr. 125,-**