

母乳餵養與物質使用

家長和照料者資訊指南

許多藥物和物質——包括此處列出的藥物和物質——容易進入母乳。如果您有具體問題，請諮詢醫務人員。



本指南側重於非處方物質。

對於處方藥，請諮詢您的醫務人員，就您的藥物獲取建議。在按照醫務人員的指示使用處方藥時，一般可以母乳餵養。這些處方藥包括治療阿片類物質使用障礙的處方藥、治療焦慮的苯二氮草類藥物、治療多動症的興奮劑以及治療慢性疼痛的阿片類藥物。

以下資訊適用於非處方物質的使用。

如果您在減少或停止使用這些物質中的任何物質方面需要幫助，請諮詢醫務人員。有一些在母乳餵養期間安全的治療方案。本指南使用「母乳餵養」和「母乳」這兩個詞，但資訊適用於所有類型的人乳和胸部餵養。

酒精：葡萄酒、啤酒、烈酒/白酒。

對嬰兒的影響：

- 嬰兒吃到的乳汁可能會減少。
- 改變乳汁的味道。
- 嬰兒可能會吃得少、煩躁不安或睡得更多。



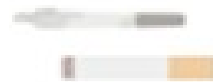
應對措施：

- 酒精會迅速進入母乳，所以請在飲酒前用母乳餵養或用吸奶器吸出乳汁。
- 每次飲酒後，請等待2小時再用母乳餵養嬰兒。
- 一當量酒是指5盎司葡萄酒、12盎司啤酒或1.5盎司濃酒/烈酒/白酒。

煙草（尼古丁）：香煙、水煙、電子煙、盒裝煙、嚼煙。

對嬰兒的影響：

- 母乳餵養者分泌的乳汁可能會減少。
- 煙草會改變乳汁的成分，導致嬰兒接觸到化學物質和重金屬。
- 它會增加哮喘等呼吸問題的風險。



應對措施：

- 如能做到，請減少或停止使用。
- 堅持母乳餵養，因為即使含有尼古丁，母乳仍然對嬰兒有益。
- 請不要在嬰兒附近吸香煙、吸水煙或吸電子煙，因為吸入煙霧會增加嬰兒猝死綜合征(SIDS)的發病幾率。
- 吸煙後，請更換衣服並洗手，以免嬰兒吸入衣服上的有害化學物質。

大麻：吸食用/霧化大麻；含有四氫大麻酚(THC)的大麻油、大麻樹脂和大麻食品

對嬰兒的影響：

- 四氫大麻酚會留在脂肪細胞中，包括乳房的脂肪細胞中，並進入乳汁。
- 嬰兒可能會感到疲倦、進食困難、體重不易增加。
- 這可能會影響嬰兒的生長發育。



應對措施：

- 如能做到，請減少或停止使用。
- 堅持母乳餵養，因為即使含有大麻/四氫大麻酚，母乳仍然對嬰兒有益。
- 不要在嬰兒附近吸食大麻，因為吸入煙霧會增加嬰兒猝死綜合征(SIDS)的發病幾率。

阿片類 - 藥物：羥考酮、可待因、美沙酮、丁丙諾啡。

- 毒品：海洛因、芬太尼

對嬰兒的影響：

- 嬰兒可能會非常嗜睡、進食減少、呼吸變慢、呼吸暫停（窒息）、體溫低或便秘。
- 有些阿片類藥物對嬰兒的影響更大，因為它們效力更強、作用時間更長或更容易進入乳汁。芬太尼通常與其他有害物質（包括甲苯噻嗪）搭配使用。這些物質可進入乳汁，並在體內留存數月之久。



應對措施：

- 在最後一次使用後至少24-48小時內，不要母乳餵養，或丟棄乳汁。使用芬太尼後需要等待更長時間才能母乳餵養。
- 向醫務人員諮詢何時用母乳餵養或擠出的乳汁是安全的。

興奮劑 - 藥物：苯丙胺、右旋苯丙胺

- 毒品：安非他命、搖頭丸、浴鹽、可卡因、冰毒。

對嬰兒的影響：

- 不同物質會以不同方式影響嬰兒，一些物質的影響會持續較長時間。
- 嬰兒可能會嘔吐、腹瀉、進食困難、體重下降、睡眠不佳、煩躁不安，甚至抽搐。



措施：

- 在最後一次使用後至少24-48小時內，不要母乳餵養，或丟棄乳汁。
- 向醫務人員諮詢何時用母乳餵養或擠出的奶是安全的。

苯二氮草類藥物：地西洋、勞拉西洋、氯硝西洋

對嬰兒的影響：

- 嬰兒可能會非常嗜睡、進食困難或體重增長緩慢。
- 一些苯二氮草類藥物作用時間更長，更容易導致嬰兒出現症狀。



應對措施：

- 在最後一次使用後至少24-48小時內，不要母乳餵養，或丟棄乳汁。
- 向醫務人員諮詢何時用母乳餵養或擠出的奶是安全的。



改編自：[主頁 | 圍產期損傷減少學會](#) (Academy of Perinatal Harm Reduction)

CANTONESE by: TranslationsDepartment.com (1/25)