

Allaitement et usage de substances et médicaments

Guide d'information à l'intention des parents et des aidants

De nombreux médicaments et substances peuvent facilement passer dans le lait maternel, y compris ceux cités ici. Pour toute question spécifique, veuillez consulter un professionnel de santé.



Ce guide se concentre sur les substances en vente libre.

Pour les médicaments sur ordonnance, il est recommandé de consulter votre professionnel de santé afin d'obtenir des conseils adaptés.

L'allaitement est généralement compatible avec l'utilisation de médicaments prescrits conformément aux indications médicales. Cela inclut les traitements pour le trouble lié à l'usage des opioïdes, les benzodiazépines pour l'anxiété, les stimulants pour le TDAH et les opioïdes pour la douleur chronique.

Les informations ci-dessous concernent l'utilisation de substances en vente libre

Si vous souhaitez réduire ou arrêter leur usage, n'hésitez pas à consulter un professionnel de santé. Des options de traitement sécurisées sont disponibles pendant l'allaitement. Ce guide emploie les termes « allaitement » et « lait maternel », mais les informations s'appliquent à toutes les formes de lait humain et d'allaitement au sein.

Alcool : vin, bière, spiritueux/alcools forts

Effets sur les bébés :

- La quantité de lait reçue peut être réduite pendant l'allaitement.
- Le goût du lait peut être altéré.
- Les bébés peuvent moins se nourrir, devenir irritables ou dormir davantage.



Recommandations :

- L'alcool passe rapidement dans le lait maternel, donc allaitez ou tirez votre lait avant de consommer de l'alcool.
- Attendez 2 heures par verre consommé avant d'allaiter.
- Un verre correspond à 150 ml de vin, 350 ml de bière ou 45 ml d'alcool fort/spiritueux.

Tabac (nicotine) : cigarettes, vapotage, e-cigarettes, paquets, tabac à mâcher



Effets sur les bébés :

- Le parent qui allaite pourrait produire moins de lait.
- Cela modifie la composition du lait, exposant ainsi le bébé à des produits chimiques et à des métaux lourds.
- Cela augmente les risques de problèmes respiratoires, comme l'asthme.

Recommandations :

- Si possible, réduisez ou arrêtez.
- L'allaitement reste bénéfique pour votre bébé, même en présence de nicotine.
- Ne fumez ni ne vapotez près de votre bébé, car l'exposition à la fumée augmente le risque de syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN).
- Après avoir fumé, changez de haut et lavez-vous les mains afin d'éviter que le bébé n'inhale des substances chimiques nocives présentes sur vos vêtements.

Cannabis : cannabis fumé/vapoté (marijuana, herbe, beuh) ; huiles contenant du THC, concentrés (dabs) et produits comestibles



Effets sur les bébés :

- Le THC s'accumule dans les cellules graisseuses, y compris dans le sein, et passe dans le lait.
- Les bébés peuvent être fatigués, avoir des difficultés à s'alimenter et avoir du mal à prendre du poids.
- Cela pourrait affecter leur croissance et leur développement.

Recommandations :

- Si possible, réduisez ou arrêtez.
- Continuez à allaiter, car le lait maternel reste bénéfique pour votre bébé, même en présence de cannabis/THC.
- Ne fumez pas près de votre bébé, car l'inhalation de fumée peut augmenter le risque de syndrome de mort subite du nourrisson (SMSN).

Opiïdes - Médicaments : oxycodone, codéine, méthadone, buprénorphine

- Drogues : héroïne, fentanyl

Effets sur les bébés :

- Les bébés peuvent devenir très somnolents, manger moins, respirer plus lentement, faire des pauses respiratoires (apnée), avoir une température corporelle basse ou devenir constipés.
- Certains opioïdes affectent davantage les bébés en raison de leur puissance, de leur durée d'effet ou de leur capacité à passer plus facilement dans le lait. Le fentanyl, souvent mélangé à d'autres substances nocives (comme le Xylazine), peut pénétrer dans le lait et rester dans votre corps pendant plusieurs mois.



Recommandations :

- Ne pas allaiter ni conserver le lait pendant au moins 24 à 48 heures après la dernière prise. Attendez plus longtemps pour le fentanyl.
- Consultez un professionnel de santé pour savoir quand il est sécuritaire d'allaiter ou de donner du lait exprimé.

Stimulants - Médicaments : amphétamine, dextroamphétamine

- Drogues : speed, ecstasy, sels de bain, cocaïne, méthamphétamine

Effets sur les bébés :

- Différentes substances peuvent affecter les bébés de diverses manières, et certains effets peuvent persister longtemps.
- Les bébés peuvent vomir, avoir de la diarrhée, des difficultés d'alimentation, perdre du poids, mal dormir, être irritables, voire avoir des convulsions.



Recommandations :

- Ne pas allaiter ni conserver le lait pendant au moins 24 à 48 heures après la dernière prise.
- Consultez un professionnel de santé pour savoir quand il est sécuritaire d'allaiter ou de donner du lait exprimé.

Benzodiazépines : diazépam, lorazépam, clonazépam



Effets sur les bébés :

- Les bébés peuvent être très somnolents, avoir des difficultés à s'alimenter ou prendre du poids lentement.
- Certaines benzodiazépines ont une durée d'action plus longue et sont plus susceptibles de provoquer des symptômes chez les bébés.

Recommandations :

- Ne pas allaiter ni conserver le lait pendant au moins 24 à 48 heures après la dernière prise.
- Consultez un professionnel de santé pour savoir quand il est sécuritaire d'allaiter ou de donner du lait exprimé.



Source : [Accueil | Academy of Perinatal Harm Reduction](#)