

母乳喂养和物质使用

家长与照顾者信息指南

许多药物和物质（包括本文列示的药物和物质）极容易进入母乳。如果您有具体问题，请咨询医疗保健提供者。



本指南重点关注非处方物质。

关于处方药物的情况，请咨询您的医疗保健提供者，获得与您药物相关的建议。在医疗保健提供者的指导下使用处方药物时，通常支持提供母乳。这包括治疗阿片类药物使用障碍的处方药物、治疗焦虑的苯二氮卓类药物、治疗注意缺陷多动障碍 (ADHD) 的刺激剂和治疗慢性疼痛的阿片类药物。

以下信息适用于非处方物质。

如果您需要支持，以实现任何物质的减量或停用，请告知医疗保健提供者。母乳喂养时的安全治疗选择方案。本指南使用“母乳喂养”和“母乳”的词汇表述，但该信息适用于所有类型的人乳和哺育。

酒精：葡萄酒、啤酒、烈酒/白酒

对婴幼儿的影响：

- 喂养时乳汁可能会减少。
- 改变乳汁味道。
- 婴儿进食量减少、躁动不安、或嗜睡。



措施：

- 酒精会迅速进入母乳中，因此，饮前需要哺乳或将母乳泵出。
- 每次饮酒后等待2小时，然后再哺乳婴幼儿。
- 一次饮酒是指5盎司葡萄酒、12盎司啤酒或1.5盎司酒精/烈酒/白酒。

烟草（尼古丁）：香烟、水烟、电子雪茄、烟草包、嚼烟

对婴幼儿的影响：

- 母乳喂养者的产乳量可能会减少。
- 改变了母乳的物质，使婴幼儿暴露于化学物质和重金属。
- 增加了哮喘等呼吸疾病的风险



措施：

- 如果可以，请减量或停用。
- 请坚持母乳喂养，因为即使使用尼古丁，母乳仍对婴幼儿成长有益。
- 请勿在婴幼儿附近吸烟或吸电子烟，因为吸入烟雾更容易发生婴儿猝死综合征 (SIDS)。
- 吸烟后，请更换衬衫并清洗双手，确保婴儿不会从衣物中吸入有害化学物质。

大麻：吸食大麻/大麻雾化物（marijuana、weed、pot，均为“大麻”的别称）；含四氢大麻酚（THC）的油、dabs 和可食用大麻制品



对婴幼儿的影响：

- THC 停留在脂肪细胞（包括乳房）中，然后进入乳汁。
- 婴幼儿可能会感觉倦怠、进食困难、难以增重。
- 可能会影响婴幼儿的生长发育方式。

措施：

- 如果可以，请减量或停用。
- 请坚持母乳喂养，应为即使吸入大麻/THC，母乳仍对婴幼儿成长有益。
- 请勿在婴幼儿周围吸食，因为吸入烟雾更容易发生婴儿猝死综合征 (SIDS)。

阿片类 - 医用药物：羟考酮、可待因、美沙酮、布洛芬

- **毒品：**海洛因、芬太尼

对婴幼儿的影响：

- 婴幼儿可能会倦怠嗜睡、进食较少、呼吸较慢、呼吸暂停（窒息）、畏寒或便秘。
- 某些阿片类药物作用更强、持续时间更长或更容易进入乳汁，因此，对婴儿的影响更大。芬太尼通常与其他有害物质（包括甲苯噻嗪）混用，这些有害物质可进入乳汁，并可在您体内存在数月。



措施：

- 最后一次使用后至少 24 至 48 小时内，请勿母乳喂养或将母乳弃用。芬太尼的等待时间更长。
- 请咨询医疗保健提供者，母乳喂养或将母乳泵出的安全时间。

刺激剂 - 医用药物：安非他明、右旋安非他明

- 毒品：安非他命、摇头丸、浴盐、可卡因、冰毒。

对婴幼儿的影响：

- 不同的物质会以各种方式影响婴幼儿，有些可能会持续很长时间。
- 婴幼儿可能会呕吐、腹泻、发生喂养问题、体重减轻、睡眠不佳、躁动不安，甚至出现癫痫发作。



措施：

- 最后一次使用后至少 24 至 48 小时内，请勿母乳喂养或将母乳弃用。
- 请咨询医疗保健提供者，母乳喂养或将母乳泵出的安全时间。

苯二氮卓类：地西洋、劳拉西泮、氯硝西泮

对婴幼儿的影响：

- 婴幼儿可能会极为倦怠嗜睡、喂养不良或增重缓慢。
- 某些苯二氮卓类药物持续时间更长，更有可能导致婴幼儿出现症状。



措施：

- 最后一次使用后至少 24 至 48 小时内，请勿母乳喂养或将母乳弃用。
- 请咨询医疗保健提供者，母乳喂养或将母乳泵出的安全时间。



图片改编自：[首页 | 降低产前伤害学会](#) (Academy of Perinatal Harm Reduction)

MANDARIN by: TranslationsDepartment.com (1/25)