स्तनपान र लागू पदार्थको प्रयोग

आमाबुवा र स्याहारकर्ताहरूका लागि जानकारीसम्बन्धी गाइड

यहाँ सूचीबद्ध गरिएकासहित धेरै औषधि र पदार्थ सजिलै आमाको दूधमा जान्छन्। तपाईंसँग विशेष प्रश्नहरू छन् भने, कृपया स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।

यो गाइड गैर-निर्धारित पदार्थहरूमा केन्द्रित छ।

प्रिस्क्रिप्शन औषधिहरूका लागि, कृपया तपाईंको औषधिसँग सम्बन्धित सल्लाहका लागि आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्। स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकको निर्देशनअनुसार प्रिस्क्रिप्शन औषधिहरू प्रयोग गर्दा आमाको दूध उपलब्ध गराउन सामान्यतया सहायता गरिन्छ। यसमा ओपियोइड प्रयोग विकारका लागि निर्धारित औषधि, चिन्ताका लागि बेन्जोडायजेपाइन, ADHD का लागि उत्तेजक र पुरानो दुखाइका लागि ओपियोइड्स समावेश छन्।

निम्न जानकारी गैर-निर्धारित पदार्थहरूको प्रयोगमा लागू हुन्छ।

तपाईंलाई यी मध्ये कुनै पनि लागू पदार्थको प्रयोग घटाउन वा रोक्न सहयोग चाहिन्छ भने, स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्। त्यहाँ स्तनपान गर्दा सुरक्षित हुने उपचारका लागि विकल्पहरू छन्। यस गाइडले "स्तनपान" र "आमाको दूध" शब्दहरू प्रयोग गर्छ तर जानकारी सबै प्रकारका मानव दूध र छातीको दुधमा लागू हुन्छ।

मदिरा: वाइन, बियर, स्पिरिट/रक्सी

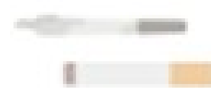
बच्चाहरूमा प्रभावहरू:

- स्तनपान गराउँदा बच्चाले कम दूध पाउन सक्नुहुन्छ।
- दूधको स्वाद कसरी परिवर्तन हुन्छ।
- बच्चाहरूले थोरै खान, चिडचिडा हुन वा बढी निदाउन सक्नुहुन्छ।

के गर्ने:

- मदिरा स्तनको दूधमा छिट्टै जान्छ, त्यसैले तपाईंले पिउनुअघि दूध खुवाउनुहोस् वा पम्प गर्नुहोस्।
- तपाईंको बच्चालाई स्तनपान गराउनुअघि प्रति पेय पदार्थ 2 घण्टा पर्खनुहोस्।
- एउटा पेय पदार्थ भनेको वाइनको 5 आउन्स, बियरको 12 आउन्स वा कडा मदिरा/स्पिरिट/रक्सीको 15 आउन्स हो।

सुर्तिजन्य पदार्थ (निकोटीन): चुरोट, भेपिङ, इ-चुरोट, प्याकेट, सुर्तीजन्य पदार्थ चपाउने



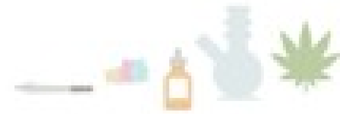
बच्चाहरूमा प्रभावहरू:

- स्तनपान गराउने आमाबुवाले कम दूध बनाउन सक्नुहुन्छ।
- यसले दूधमा भएको कुरालाई परिवर्तन गर्छ र बच्चालाई रसायन र भारी धातुहरूमा सम्पर्कमा ल्याउँछ।
- यसले दम जस्ता श्वासप्रश्वाससम्बन्धी समस्याहरू हुनेको जोखिम बढाउँछ

के गर्ने:

- तपाईंले सक्नुहुन्छ भने, कम प्रयोग गर्नुहोस् वा रोक्नुहोस्।
- निकोटीन भए तापनि आमाको दूध तपाईंको बच्चाका लागि अझै पनि राम्रो हुने भएकाले स्तनपान गराइरहनुहोस्।
- धुवाँमा सास फेर्दा अचानक शिशुको मृत्यु हुने सिन्ड्रोम (SIDS) बढी हुने सम्भावना भएकाले आफ्नो बच्चाको नजिकै धुम्रपान वा भाप नगर्नुहोस्।
- धुम्रपानपछि, आफ्नो शर्ट परिवर्तन गर्नुहोस् र आफ्नो हात धुनुहोस् जसकारण बच्चाले तपाईंको लुगाबाट हानिकारक रसायनहरूमा सास फेर्न नपरोस्।

गाँजाहरू: धुम्रपान/भ्याप गरिएको गाँजाहरू (मारिजुआना, विड, पट); THC, ड्याब्स र खाद्य वस्तुहरूसहित तेलहरू



बच्चाहरूमा प्रभावहरू:

- THC स्तनसहित फ्याट सेलहरू रहन्छ र दूधमा जान्छ।
- बच्चाहरूलाई थकान महसुस हुन, खान समस्या हुन र सजिलै तौल बढ्न नसक्ने हुन सक्छ।
- यसले बच्चाहरूको वृद्धि र विकास कसरी हुन्छ भन्ने कुरालाई असर गर्न सक्छ।

के गर्ने:

- तपाईंले सक्नुहुन्छ भने, कम प्रयोग गर्नुहोस् वा रोक्नुहोस्।
- क्यानाबिस/THC भए तापनि आमाको दूध तपाईंको बच्चाका लागि अझै पनि राम्रो हुने भएकाले स्तनपान गराइरहनुहोस्।
- धुवाँमा सास फेर्दा अचानक शिशुको मृत्यु हुने सिन्ड्रोम (SIDS) बढी हुने सम्भावना भएकाले आफ्नो बच्चाको नजिकै धुम्रपान नगर्नुहोस्।

ओपियोइड्स - औषधि: ओक्सीकोडोन, कोडिन, मेथाडोन, बुप्रेनोर्फिन
- औषधिहरू: हेरोइन, फेन्टानाइल

बच्चाहरूमा प्रभावहरू:

- बच्चाहरूलाई इकदमै निद्रा लाग्न सक्ने, कम खान सक्ने, एकदमै बिस्तारै सास फेर्न सक्ने, श्वासप्रश्वास (एप्रिया) रोक्ने, चिसो हुन सक्ने वा कब्जियत हुन सक्छ।
- केही ओपिओइड्स बलियो हुने, लामो समयसम्म टोक्ने वा दूधमा सजिलै जाने भएकाले बच्चाहरूलाई अझ बढी प्रभाव पार्छ। फेन्टानाइल प्रायजसो दूधमा जाने र तपाईंको शरीका शरीरमा लामो समयसम्म रहनेगरी अन्य हानिकारक पदार्थहरू (जाइलाजिनसहित) मिसाइन्छ।

के गर्ने:

- अन्तिम प्रयोगपछि कम्तीमा 24-48 घण्टाका लागि स्तनपान नगर्नुहोस् वा दूध फाल्नुहोस्। फेन्टानाइलका लागि लामो समय पर्खनुहोस्।
- स्तनपान वा पम्प गरिएको दूध दिन सुरक्षित हुँदा स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकलाई सोध्नुहोस्।

उत्तेजक - औषधि: एम्फेटामाइन, डेक्सट्रोएम्फेटामाइन

- औषधिहरू: गति, एक्स्टसी, बाथ साल्ट, कोकेन, मेथ।

बच्चाहरूमा प्रभावहरू:

- विभिन्न पदार्थले विभिन्न तरिकाले प्रभाव पार्न सक्छन् र केही पदार्थले लामो समयसम्म रहन सक्छन्।
- उहाँहरूलाई वान्ता, पखाला, खाना खान समस्या हुने, तौल घट्ने, धेरै नसुत्ने, छिटो रिसाउने वा सिजर हुन सक्ने हुन्छ।

के गर्ने:

- अन्तिम प्रयोगपछि कम्तीमा 24-48 घण्टासम्म स्तनपान नगर्नुहोस् वा दूध फाल्नुहोस्।
- स्तनपान वा पम्प गरिएको दूध दिन सुरक्षित हुँदा स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकलाई सोध्नुहोस्।

बेन्जोडायजेपाइनहरू: डायजेपाम, लोराजेपाम, क्लोनाजेपाम

बच्चाहरूमा प्रभावहरू:

- बच्चाहरूलाई धेरै निद्रा लाग्न सक्ने, राम्रोसँग खाना नखाने वा बिस्तारै तौल घट्ने हुन सक्छ।
- केही बेन्जोडियाजेपाइन धेरै बेरसम्म रहन्छ र बच्चाहरूमा लक्षणहरू देखापर्न सक्ने सम्भावना बढी हुन्छ।

के गर्ने:

- अन्तिम प्रयोगपछि कम्तीमा 24-48 घण्टासम्म स्तनपान नगर्नुहोस् वा दूध फाल्नुहोस्।
- स्तनपान वा पम्प गरिएको दूध दिन सुरक्षित हुँदा स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकलाई सोध्नुहोस्।

निम्नबाट अनुकूल गरिएको: होम | एकेडेमी अफ पेरिनेटल हार्म रिडक्सन