

Nuôi Con Bằng Sữa Từ Vú & Việc Sử Dụng Chất Kích Thích

Nhiều loại thuốc và chất kích thích dễ dàng xâm nhập vào sữa từ vú, bao gồm cả những loại được liệt kê ở đây. Nếu quý vị có những câu hỏi cụ thể, vui lòng trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.



Hướng dẫn này tập trung vào các chất kích thích không được kê đơn.

Đối với các loại thuốc được kê đơn, vui lòng trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe để được tư vấn về các loại thuốc của quý vị. Việc cung cấp sữa từ vú thường được ủng hộ khi các loại thuốc kê đơn được sử dụng theo chỉ dẫn của nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Việc này bao gồm các loại thuốc kê đơn cho chứng rối loạn sử dụng opioid, thuốc benzodiazepin để điều trị chứng lo âu, các loại thuốc kích thích cho chứng ADHD và thuốc opioid để điều trị chứng đau mạn tính.

Thông tin sau đây áp dụng cho việc sử dụng các chất kích thích không được kê đơn.

Nếu quý vị cần được hỗ trợ để giảm hoặc ngừng sử dụng bất kỳ chất kích thích nào trong số này, hãy trao đổi với một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe. Có những phương án điều trị an toàn khi cho con bú. Hướng dẫn này sử dụng các từ “cho con bú” và “sữa từ vú” nhưng thông tin này áp dụng cho tất cả các loại sữa người và việc cho con bú từ ngực.

Rượu bia: rượu vang, bia, rượu mạnh

Tác động đến Em bé:

- Bé có thể nhận được ít sữa hơn khi bú.
- Thay đổi vị của sữa.
- Bé có thể ăn ít hơn, cáu kỉnh hoặc ngủ nhiều hơn.

Cần làm gì:

- Rượu bia sẽ nhanh chóng ngấm vào sữa từ vú, vì vậy hãy cho con bú hoặc hút sữa trước khi quý vị uống rượu bia.
- Cứ uống một ly thì phải chờ 2 giờ trước khi cho con bú.
- Một ly đồ uống tương đương với 5 ounce rượu vang, 12 ounce bia hoặc 1.5 ounce rượu mạnh.



Thuốc lá (Nicotine): thuốc lá điếu, thuốc lá hơi (vaping), thuốc lá điện tử (e-cigs), thuốc lá gói, thuốc lá nhai



Tác động đến Em bé:

- Người đang cho con bú có thể sản xuất được ít sữa hơn.
- Thuốc lá làm thay đổi thành phần trong sữa và khiến bé tiếp xúc với các loại hóa chất và kim loại nặng.
- Thuốc lá làm tăng nguy cơ mắc các bệnh do vi-rút và các vấn đề hô hấp như hen suyễn.

Cần làm gì:

- Nếu có thể, hãy sử dụng ít hơn hoặc ngừng hẳn.
- Tiếp tục cho con bú vì sữa từ vú vẫn tốt cho bé, ngay cả khi có chứa nicotine.
- Không hút thuốc lá điếu hoặc hút thuốc lá điện tử gần bé vì việc hít phải khói thuốc có thể làm tăng nguy cơ về hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh (sudden infant death syndrome - SIDS).
- Sau khi hút thuốc, hãy thay áo và rửa tay để bé không hít phải các loại hóa chất độc hại từ quần áo của quý vị.

Cần sa: cần sa hút/hít (bồ đà, tài mà, cỏ); dầu có THC, dab và thực phẩm cần sa



Tác động đến Em bé:

- THC lưu lại trong các tế bào mỡ, bao gồm cả trong vú và ngấm vào sữa.
- Bé có thể cảm thấy mệt mỏi, khó ăn và không dễ tăng cân.
- Chất này có thể ảnh hưởng đến sự tăng trưởng và phát triển của trẻ sơ sinh.

Cần làm gì:

- Nếu có thể, hãy sử dụng ít hơn hoặc ngừng hẳn.
- Tiếp tục cho con bú vì sữa từ vú vẫn tốt cho bé, ngay cả khi có chứa cần sa/THC.
- Không hút gần bé vì việc hít phải khói thuốc có thể làm tăng nguy cơ về hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh (sudden infant death syndrome - SIDS).

Opioid - **Y khoa:** oxycodone, codeine, methadone, buprenorphine
- **Chất kích thích:** heroin, fentanyl

Tác động đến Em bé:

- Bé có thể rất buồn ngủ, ăn ít hơn, thở chậm hơn, ngừng thở (ngưng thở), bị lạnh hoặc bị táo bón.
- Một số loại opioid ảnh hưởng nhiều hơn đến trẻ sơ sinh vì chúng mạnh hơn, tác dụng kéo dài hơn hoặc dễ ngấm vào sữa hơn. Fentanyl thường được trộn với các loại chất độc hại khác (bao gồm Xylazine) mà có thể ngấm vào sữa và tồn tại trong cơ thể quý vị trong nhiều tháng.



Cần làm gì:

- Không cho con bú hoặc vắt bỏ sữa trong ít nhất 24-48 giờ sau lần sử dụng gần nhất. Nếu dùng fentanyl thì phải chờ lâu hơn.
- Hãy hỏi ý kiến của một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về thời điểm an toàn để cho con bú hoặc cho bé uống sữa được hút ra.

Chất kích thích - Y khoa: amphetamine, dextroamphetamine

- Chất kích thích: speed, thuốc lắc (ecstasy), muối tắm, cocaine, ma túy đá.

Tác động đến Em bé:

- Các chất kích thích khác nhau có thể ảnh hưởng đến trẻ sơ sinh theo nhiều cách khác nhau và một số có thể tồn tại trong thời gian dài.
- Bé có thể nôn mửa, tiêu chảy, gặp vấn đề về ăn uống, sụt cân, ngủ kém, cáu kỉnh hoặc thậm chí lên cơn động kinh.



Cần làm gì:

- Không cho con bú hoặc vắt bỏ sữa trong ít nhất 24-48 giờ sau lần sử dụng gần nhất.
- Hãy hỏi ý kiến của một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về thời điểm an toàn để cho con bú hoặc cho bé uống sữa được hút ra.

Thuốc benzodiazepin: diazepam, lorazepam, clonazepam

Tác động đến Em bé:

- Bé có thể rất buồn ngủ, ăn kém hoặc tăng cân chậm.
- Một số loại thuốc benzodiazepin có tác dụng kéo dài hơn và có nhiều khả năng gây ra các triệu chứng ở trẻ sơ sinh.



Cần làm gì:

- Không cho con bú hoặc vắt bỏ sữa trong ít nhất 24-48 giờ sau lần sử dụng gần nhất.
- Hãy hỏi ý kiến của một nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về thời điểm an toàn để cho con bú hoặc cho bé uống sữa được hút ra.



Chuyển thể từ: [Trang chủ | Học viện Giảm thiểu Tác hại Chu](#)