

# 苯二氮卓类药物与哺乳



在您服用从药房购买的奥沙西洋、氯巴占或劳拉西洋时, 给您的宝宝哺乳可能是安全的。

当您在服用其他类型的苯二氮卓类药物、使您兴奋的剂量药物、或不是从药房购买的药片时, 胸部/母乳喂养是不安全的。

## 什么是苯二氮卓类药物?

苯二氮卓类药物, 如 Valium (地西洋)、Xanax (阿普唑仑)、Klonopin (氯硝西洋) 和 Ativan (劳拉西洋) 等都是“镇静剂”。此类药物会减慢您的呼吸、心率以及大脑和身体之间的信息传递。苯二氮卓类药物与其他镇静剂如阿片类药物或酒精一起服用, 可能会导致您意外地服用过量。

## 苯二氮卓类药物是否能够进入人的乳汁?

是的。如果您服用苯二氮卓类药物, 您的乳汁中也会含有苯二氮卓类药物。

乳汁中的含量取决于您的服用量、您服用的是哪种苯二氮卓类药物以及服用后已经过了多长时间。

### 关于处方苯二氮卓类药物的使用

- 在决定胸部/母乳喂养是否适合您和宝宝时,请与您的医疗服务提供者讨论您正在服用的苯二氮卓类药物以及服用的药量情况。

### 如果您偶尔会服用非处方的苯二氮卓类药物,或在停药后再次使用这些药物

#### 在服用苯二氮卓类药物前:

- 做好为宝宝喂奶的计划。抽吸并储存您自己的乳汁、购买婴儿配方奶粉、或者购买捐赠的乳汁。

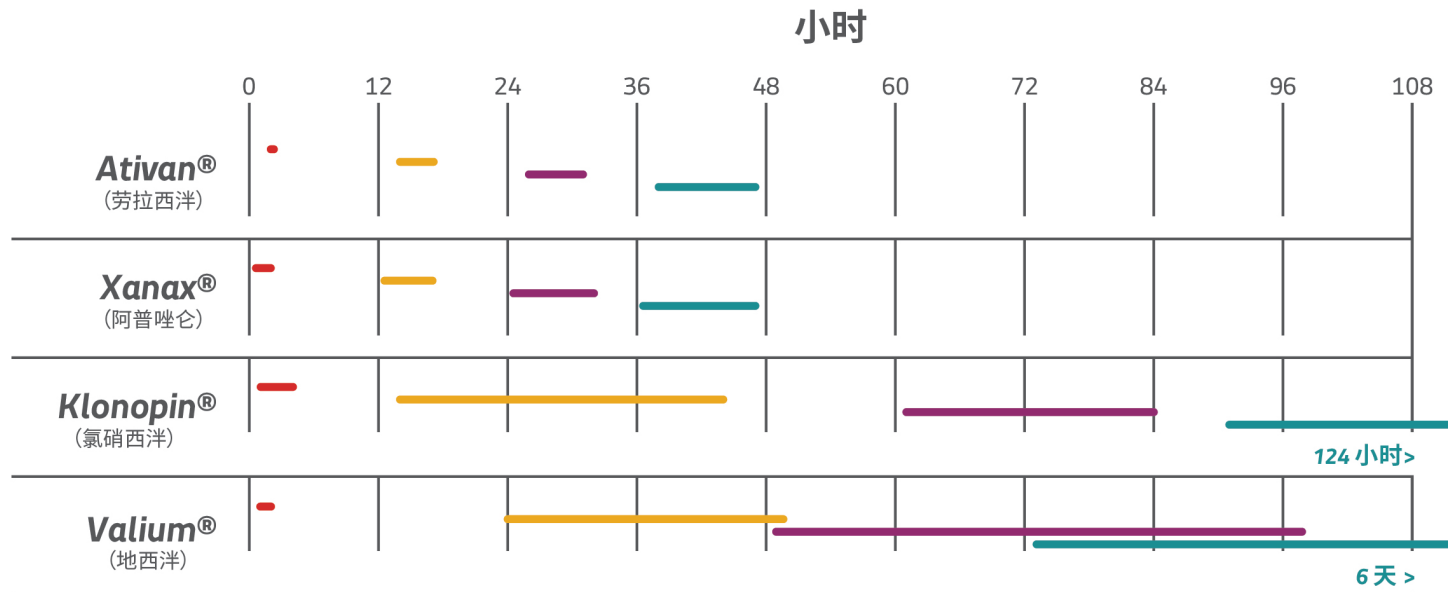
#### 在服用苯二氮卓类药物后:

- 您可以给宝宝喂食婴儿配方奶粉、捐赠的乳汁或您在服用苯二氮卓类药物前抽吸的乳汁。
- 为求安心,您可以抽吸乳汁,然后丢弃乳汁,直到您的乳汁不在含有苯二氮卓类药物为止。
- 像平常哺乳一样经常抽吸乳汁是维持母乳供应的好方法。

#### 在再次胸部/母乳喂养之前,您应该进行抽吸和丢弃乳汁多久?

- 如果您正在服用苯二氮卓类药物,则您应该持续进行抽吸和丢弃乳汁多久并没有明确的时间量。
- 在服用苯二氮卓类药物后至少 2-4 小时内均应该抽吸并丢弃乳汁。也许等待的时间越久越好。

#### 在服用苯二氮卓类药物后其在您乳汁和体内的含量情况:



#### 关键点

- 红色 使用后苯二氮卓类药物含量最高水平
- 黄色 使用后苯二氮卓类药物含量为最高水平的 1/2
- 紫色 使用后苯二氮卓类药物含量为最高水平的 1/4
- 青色 使用后苯二氮卓类药物含量为最高水平的 1/8



## 保证您和宝宝的健康和安全

- 可以服用含碘的多种维生素,食用颜色鲜艳的水果和蔬菜来增加乳汁中的营养。
  - 如果宝宝表现的比平时更加困倦、进食困难或便秘,请向宝宝的医疗保健提供者进行咨询。
  - 在处于醉态的时候,应找一位保姆来照顾宝宝。
  - 不要在服用苯二氮卓类药物后驾车。
  - 避免在服用苯二氮卓类药物后和宝宝睡在一起。您不小心使宝宝窒息的风险较高。最安全的睡眠安排是在同一个房间里让宝宝睡在自己的婴儿床中。
  - 您可以通过服用较少的苯二氮卓类药物、减少服用苯二氮卓类药物的次数、以及等到您的乳汁中不在含有苯二氮卓类药物时再给宝宝哺乳来减少对宝宝的负面影响。
  - 安全地储存苯二氮卓类药物和其他物质。如果家里有幼儿或其他儿童,这一点尤其重要。
- **如果您认为宝宝误服了苯二氮卓类药物,请致电 Poison Control (毒物控制中心),电话:800-222-1222。**
  - **如果您的宝宝呼吸缓慢、停止呼吸、难以唤醒、皮肤或嘴唇发青、昏昏欲睡、过于困倦或呕吐和/或腹泻不止,请拨打 911。**

## 苯二氮卓类药物可能对婴儿产生怎样的影响

苯二氮卓类药物可以使婴儿困倦、难以醒来、进食困难、新生儿黄疸、警觉性和互动性降低。用含有苯二氮卓类药物的母乳喂养的婴儿中大约有 2% 会出现这些症状。如果您正在服用一种以上的苯二氮卓类药物、大剂量的苯二氮卓类药物、或在服用苯二氮卓类药物的同时饮酒、服用阿片类药物或其他镇静剂,则给宝宝哺乳是不安全的。

如果婴儿的胸部/母乳喂养的父/母停止服用苯二氮卓类药物或停止哺乳,一些婴儿会出现戒断症状。需要注意的症状是易怒、烦躁不安和比平时更爱哭闹。如果宝宝不吃饭、不睡觉或无法安慰,应寻求医疗护理。如果您服用苯二氮卓类药物,在完全停药之前,应尝试先减少您的服用药量。

## 如果我在怀孕期间服用苯二氮卓类药物,我的宝宝在出生后会不会出现戒断症状?

如果您在怀孕期间服用阿片类药物,您的宝宝在出生后可能会出现戒断症状。您的宝宝也需要在医院多住几天。

当您分娩时,对您和宝宝最好的护理方法称为“进食、睡眠、安抚”的护理服务。护理方法包括:

- 您和宝宝待在同一个房间
- 保持房间安静,灯光调暗。
- 包裹好宝宝并抱着宝宝。
- 给宝宝喂奶,或用奶瓶给宝宝喂奶的时候要抱着他们。

并非所有医院都提供“进食、睡眠、安抚”的护理服务。如欲了解您计划分娩的医院是否提供“进食、睡眠、安抚”的护理服务,您可以:

- 询问您的产前护理提供者,您想要分娩的医院是否提供“进食、睡眠、安抚”的护理服务。
- 您可以拨打医院的总机号码,请接线员转接产科(有时称为“产后”、“产前”或“母婴”楼层/单元)。任何一个值班的护士都应该知道他们是否提供“进食、睡眠、安抚”的护理服务。
- 如果可以,请选择在可以提供“进食、睡眠、安抚”的护理服务的医院进行分娩。这是对您和宝宝最好的护理方法。

## 减少苯二氮卓类药物的使用

突然停止使用苯二氮卓类药物可能很危险且困难。请向您的医疗保健提供者咨询,或拨打 [Washington Recovery Help Line](#) (华盛顿州康复帮助热线) (英文) 866-789-1511, 以获得有关如何停止或减少使用的相关支持或信息。

人们会使用不同的术语来描述他们的身体部位。一些跨性别和非二元性别的亲生父母会使用“胸部”而不是“乳房”。在本文件中,我们将母乳喂养和胸部喂养用作可互换的术语。哺乳是一个生物学过程,过程中通过您的身体分泌乳汁来喂养婴儿。