

# 苯二氮卓類藥物與哺乳



在您服用從藥房購買的奧沙西洋、氯巴占或蘿拉西洋時，給您的寶寶哺乳可能是安全的。

當您在服用其他類型的苯二氮卓類藥物、使您興奮的劑量藥物、或不是從藥房購買的藥片時，胸部/母乳餵養是不安全的。

## 什麼是苯二氮卓類藥物？

苯二氮卓類藥物，如 Valium (地西洋)、Xanax (阿普唑侖)、Klonopin (氯硝西洋) 和 Ativan (蘿拉西洋) 等都是「鎮靜劑」。此類藥物會減慢您的呼吸、心率以及大腦和身體之間的資訊傳遞。苯二氮卓類藥物與其他鎮靜劑如阿片類藥物或酒精一起服用，可能會導致您意外地服用過量。

## 苯二氮卓類藥物是否能夠進入人的乳汁？

是的。如果您服用苯二氮卓類藥物，您的乳汁中也會含有苯二氮卓類藥物。

乳汁中的含量取決於您的服用量、您服用的是哪種苯二氮卓類藥物以及服用後已經過了多長時間。

### 關於處方苯二氮卓類藥物的使用

- 在決定胸部/母乳餵養是否適合您和寶寶時，請與您的醫療服務提供者討論您正在服用的苯二氮卓類藥物以及服用的藥量情況。

## 如果您偶爾會服用非處方的苯二氮卓類藥物，或在停藥後再次使用這些藥物

### 在服用苯二氮卓類藥物前：

- 做好為寶寶餵奶的計劃。抽吸並儲存您自己的乳汁、購買嬰兒配方奶粉、或者購買捐贈的乳汁。

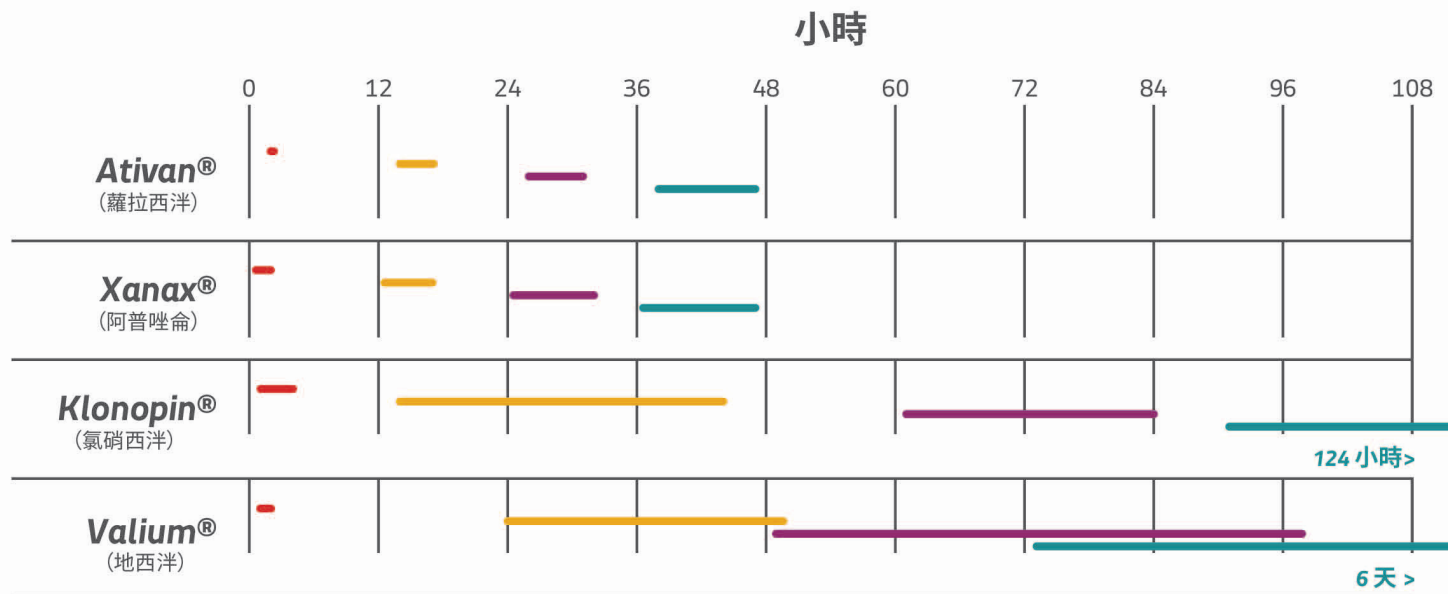
### 在服用苯二氮卓類藥物後：

- 您可以給寶寶餵食嬰兒配方奶粉、捐贈的乳汁或您在服用苯二氮卓類藥物前抽吸的乳汁。
- 為求安心，您可以抽吸乳汁，然後丟棄乳汁，直到您的乳汁不在含有苯二氮卓類藥物為止。
- 像平常哺乳一樣經常抽吸乳汁是維持母乳供應的好方法。

### 在再次胸部/母乳餵養之前，您應該進行抽吸和丟棄乳汁多久？

- 如果您正在服用苯二氮卓類藥物，則您應該進行抽吸和丟棄乳汁多久並沒有明確的時間量。
- 在服用苯二氮卓類藥物後至少 2-4 小時內均應該抽吸並丟棄乳汁。也許等待的時間越久越好。

### 在服用苯二氮卓類藥物後其在您乳汁和體內的含量情況：



### 關鍵點

- 使用後苯二氮卓類藥物含量最高水平
- 使用後苯二氮卓類藥物含量為最高水平的 1/2
- 使用後苯二氮卓類藥物含量為最高水平的 1/4
- 使用後苯二氮卓類藥物含量為最高水平的 1/8



## 保證您和寶寶的健康和安全

- 可以服用含碘的多種維生素，食用顏色鮮豔的水果和蔬菜來增加乳汁中的營養。
  - 如果寶寶表現的比平時更加困倦、進食困難或便秘，請向寶寶的醫療保健提供者進行諮詢。
  - 在處於醉態的時候，應找一位保姆來照顧寶寶。
  - 不要在服用苯二氮卓類藥物後駕車。
  - 避免在服用苯二氮卓類藥物後和寶寶睡在一起。您不小心使寶寶窒息的風險較高。最安全的睡眠安排是在同一個房間裡讓寶寶睡在自己的嬰兒床中。
  - 您可以透過服用較少的苯二氮卓類藥物、減少服用苯二氮卓類藥物的次數、以及等到您的乳汁中不在含有苯二氮卓類藥物時再給寶寶哺乳來減少對寶寶的負面影響。
  - 安全地儲存苯二氮卓類藥物和其他物質。如果家裡有幼兒或其他兒童，這一點尤其重要。
- **如果您認為寶寶誤服了苯二氮卓類藥物**，請致電 Poison Control (毒物控制中心)，電話：800-222-1222。
  - 如果您的寶寶呼吸緩慢、停止呼吸、難以喚醒、皮膚或嘴唇發青、昏昏欲睡、過於困倦或嘔吐和/或腹瀉不止，請撥打 911。

## 苯二氮卓類藥物可能對嬰兒產生怎樣的影響

苯二氮卓類藥物可以使嬰兒困倦、難以醒來、進食困難、新生兒黃疸、警覺性和互動性降低。用含有苯二氮卓類藥物的母乳餵養的嬰兒中大約有 2% 會出現這些症狀。如果您正在服用一種以上的苯二氮卓類藥物、大劑量的苯二氮卓類藥物、或在服用苯二氮卓類藥物的同時飲酒、服用阿片類藥物或其他鎮靜劑，則給寶寶哺乳是不安全的。

如果嬰兒的胸部/母乳餵養的父/母停止服用苯二氮卓類藥物或停止哺乳，一些嬰兒會出現戒斷症狀。需要注意的症狀是易怒、煩躁不安和比平時更愛哭鬧。如果寶寶不吃飯、不睡覺或無法安睡，應尋求醫療護理。如果您服用苯二氮卓類藥物，在完全停藥之前，應嘗試先減少您的服用藥量。

## 如果我在懷孕期間服用苯二氮卓類藥物，我的寶寶在出生後會不會出現戒斷症狀？

如果您在懷孕期間服用阿片類藥物，您的寶寶在出生後可能會出現戒斷症狀。您的寶寶也需要在醫院多住幾天。

當您分娩時，對您和寶寶最好的護理方法稱為「進食、睡眠、安撫」的護理服務。護理方法包括：

- 您和寶寶待在同一個房間
- 保持房間安靜，燈光調暗。
- 包裹好寶寶並抱著寶寶。
- 給寶寶餵奶，或用奶瓶給寶寶餵奶的時候要抱著他們。

並非所有醫院都提供「進食、睡眠、安撫」的護理服務。如欲瞭解您計劃分娩的醫院是否提供「進食、睡眠、安撫」的護理服務，您可以：

- 詢問您的產前護理提供者，您想要分娩的醫院是否提供「進食、睡眠、安撫」的護理服務。
- 您可以撥打醫院的總機號碼，請接線員轉接產科（有時稱為「產後」、「產前」或「母嬰」樓層/單元）。任何一個值班的護士都應該知道他們是否提供「進食、睡眠、安撫」的護理服務。
- 如果可以，請選擇在可以提供「進食、睡眠、安撫」的護理服務的醫院進行分娩。這是對您和寶寶最好的護理方法。

## 減少苯二氮卓類藥物的使用

突然停止使用苯二氮卓類藥物可能很危險且困難。請向您的醫療保健提供者諮詢，或撥打 [Washington Recovery Help Line](#)（華盛頓州康復幫助熱線）（英文）866-789-1511，以獲得有關如何停止或減少使用的相關支援或資訊。

人們會使用不同的術語來描述他們的身體部位。一些跨性別和非二元性別的親生父母會使用「胸部」而不是「乳房」。在本文件中，我們將母乳餵養和胸部餵養用作可互換的術語。哺乳是一個生物學過程，過程中透過您的身體分泌乳汁來餵養嬰兒。