

Thuốc Nhóm Opioid và Việc Cho Con Bú



Việc cho con bú nếu quý vị đang dùng thuốc nhóm opioid kê đơn trong một thời gian ngắn như sau khi phẫu thuật là an toàn.

Sẽ không an toàn khi cho con bú trong khi quý vị dùng thuốc nhóm opioid cùng với các thuốc giảm đau khác như thuốc benzodiazepin hoặc đồ uống có cồn.

Và cũng không an toàn khi cho con bú trong khi quý vị đang dùng thuốc nhóm opioid không mua ở nhà thuốc.

Quý vị nên cho con bú nếu đang dùng các loại thuốc kê đơn điều trị rối loạn sử dụng opioid, như methadone hoặc buprenorphine.

Thuốc nhóm opioid là gì?

Thuốc nhóm Opioid như là fentanyl, heroin, Percocet®/Oxycontin® (oxycodone), codeine và Vicodin® (hydrocodone) đều là “thuốc giảm đau”. Chúng làm chậm nhịp thở, nhịp tim và các thông điệp giữa não và cơ thể của quý vị. Sử dụng thuốc nhóm opioid cùng với các thuốc giảm đau khác như thuốc nhóm benzodiazepin hoặc đồ uống có cồn có thể khiến quý vị vô tình bị quá liều.

Naloxone (Narcan®) là một loại thuốc đảo ngược sự quá liều opioid. Nó đưa opioid ra khỏi các thụ thể tế bào trong cơ thể quý vị trong khoảng 30-90 phút. **Naloxone có thể cứu sống quý vị nếu quý vị dùng quá liều opioid** và quý vị nên mang theo một ít bên mình.

Opioid có thể đi vào sữa mẹ không?

Có. Nếu quý vị dùng thuốc nhóm opioid, trong sữa của quý vị sẽ có opioid. Lượng opioid có trong sữa của quý vị sẽ phụ thuộc vào lượng, loại và khoảng thời gian mà quý vị đã sử dụng opioid. Mức opioid ở mức cao nhất trong sữa của quý vị sau 1-3 giờ quý vị sử dụng.

Nếu quý vị dùng naloxone (Narcan®), nó sẽ không loại bỏ opioid ra khỏi sữa của quý vị.

Thông tin về việc sử dụng thuốc nhóm opioid được kê đơn

- Hãy trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về loại và liều lượng của thuốc nhóm opioid mà quý vị đang dùng để quyết định xem việc cho con bú có phù hợp với quý vị và em bé hay không.
- Quý vị không cần phải hút và đổ bỏ sữa sau khi quý vị nhận được fentanyl trong bệnh viện, chẳng hạn như khi sinh mổ hoặc để thắt ống dẫn trứng.

Nếu quý vị thỉnh thoảng dùng thuốc nhóm opioid không kê đơn hoặc sử dụng lại sau khi ngưng

Trước khi sử dụng opioid:

- Chuẩn bị cho con bú. Hút và bảo quản sữa của quý vị, mua sữa công thức dành cho trẻ sơ sinh hoặc mua sữa hiến tặng.

Trong khi sử dụng opioid:

- Tránh hút opioid trước mặt con, nơi con sinh hoạt hoặc trong không gian kín như ô tô.

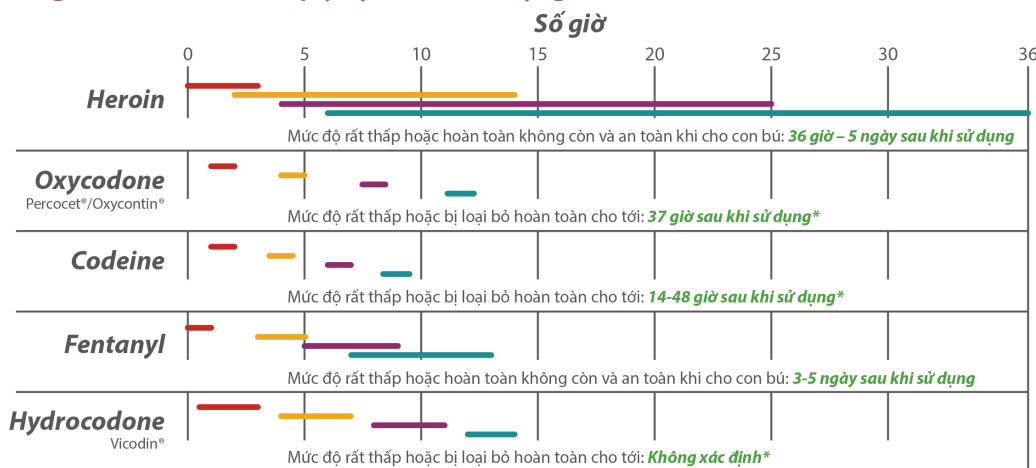
Sau khi sử dụng opioid:

- Quý vị có thể cho bé bú sữa công thức dành cho trẻ sơ sinh, sữa hiến tặng hoặc sữa quý vị đã hút ra trước khi sử dụng opioid.
- Hút và đổ bỏ sữa của quý vị trong ít nhất 1-3 giờ.
- Việc hút sữa thường xuyên như khi quý vị cho con bú là một cách tốt để duy trì nguồn sữa của quý vị.

Quý vị nên hút và đổ bỏ sữa trong bao lâu trước khi cho con bú trở lại?

- Chờ ít nhất 1-3 giờ mới cho con bú sau khi dùng thuốc nhóm opioid. Sau 3 giờ, lượng opioid trong sữa của quý vị sẽ tiếp tục giảm đi. Thường sẽ mất từ 1 đến 5 ngày để cơ thể quý vị loại bỏ hoàn toàn opioid khỏi sữa của quý vị.
- Nếu quý vị cảm thấy buồn ngủ do opioid, hãy hút sữa và đổ bỏ sữa đó cho đến khi quý vị cảm thấy tỉnh táo.
- Heroin: Hút và đổ bỏ sữa ít nhất trong 36 giờ sau khi sử dụng heroin. Heroin có thể tồn tại trong sữa của quý vị tới 5 ngày sau khi sử dụng.
- Fentanyl: Chúng tôi không biết chính xác phải mất bao lâu để fentanyl hoàn toàn biến mất khỏi sữa mẹ. Nếu quý vị đã sử dụng fentanyl không mua từ nhà thuốc trong một thời gian dài, hãy hút và đổ bỏ sữa trong 3-5 ngày trước khi cho con bú.

Nồng độ opioid trong sữa và cơ thể của quý vị sau khi sử dụng:



Chú thích

- Mức opioid cao nhất sau khi sử dụng
- Opioid gấp 1/2 lần mức cao nhất sau khi sử dụng
- Opioid ở mức 1/4 mức cao nhất sau khi sử dụng
- Opioid ở mức 1/8 mức cao nhất sau khi sử dụng

*Mức sử dụng quy định

Có nhiều khả năng hơn sẽ gây ra tác dụng có hại đối với con quý vị khi quý vị sử dụng liều lượng cao hơn và trong thời gian dài hơn.

Có thể gây hại nếu quý vị dùng

Hơn 100 mg* codeine mỗi ngày hoặc bất kỳ liều lượng nào trong hơn 4 ngày

Hơn 28 mg* oxycodone mỗi ngày

Hơn 80 mg hydrocodone mỗi ngày

Có thể an toàn để cho con bú nếu quý vị dùng

Từ 70 mg* codein trở xuống mỗi ngày, dùng dưới 4 ngày

Từ 10,5 mg* oxycodone trở xuống mỗi ngày

Từ 25 mg hydrocodone trở xuống mỗi ngày

*Dựa trên trọng lượng của cơ thể là 154 lb (70 kg).

Giúp quý vị và em bé luôn khỏe mạnh và an toàn

- Uống vitamin tổng hợp có chứa i-ốt và ăn các loại trái cây cũng như rau củ sảng màu để tăng chất dinh dưỡng trong sữa của quý vị.
- Trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con quý vị nếu con buồn ngủ hơn bình thường, khó ăn hoặc bị táo bón.
- Thuê người trông trẻ trong thời gian quý vị không tỉnh táo.
- Đừng lái xe trong khi quý vị đang bị ảnh hưởng bởi opioid.
- Tránh ngủ với con sau khi sử dụng thuốc nhóm opioid. Quý vị sẽ vô tình khiến em bé có nguy cơ bị ngạt thở cao hơn. Cách ngủ an toàn nhất là ở cùng phòng với con nhưng em bé nên ngủ trong cũi riêng.
- Hãy bảo vệ bản thân và em bé của quý vị khỏi khói thuốc thụ động. Yêu cầu những người khác không hút thuốc nhóm opioid trong nhà quý vị và không đưa con quý vị đến những nơi có khói thuốc.
- Quý vị có thể giảm tác động tiêu cực lên con bằng cách dùng liều opioid ít hơn, sử dụng thuốc nhóm opioid với tần suất ít hơn và đợi cho đến khi sữa của quý vị không còn opioid mới cho con bú.
- cất thuốc nhóm opioid và các chất ở nơi an toàn. Điều này đặc biệt quan trọng nếu trong nhà có trẻ mới biết đi hoặc những đứa trẻ khác.
 - **Nếu quý vị cho rằng con mình đã nuốt phải thuốc nhóm opioid**, hãy gọi cho Poison Control (Trung Tâm Chống Độc) theo số 800-222-1222.
 - **Gọi 911** nếu thấy con quý vị thở chậm, ngừng thở, khó đánh thức, da hoặc môi có màu xanh, lơ đãng, quá buồn ngủ hoặc nôn mửa và/hoặc tiêu chảy không ngừng.





Thuốc nhóm opioid có thể ảnh hưởng đến trẻ sơ sinh như thế nào

Thuốc nhóm opioid có thể khiến trẻ sơ sinh buồn ngủ, khó đánh thức, khó ăn, kém cảnh giác và kém tương tác. Khoảng 17-23% trẻ sơ sinh bú sữa mẹ có chứa opioid sẽ có một số triệu chứng này. Con quý vị có nguy cơ mắc các triệu chứng này cao hơn nếu quý vị cho con bú trong khi cảm thấy buồn ngủ sau khi dùng thuốc nhóm opioid. Sẽ không an toàn khi cho con bú nếu quý vị đang dùng nhiều hơn một loại thuốc nhóm opioid, liều cao hoặc đang dùng chung với đồ uống có cồn, thuốc nhóm benzodiazepin hoặc một loại thuốc giảm đau khác.

Một số trẻ sơ sinh sẽ có các triệu chứng cai thuốc nếu cha/mẹ đang cho chúng bú ngưng dùng thuốc nhóm opioid hoặc ngưng cho con bú. Các triệu chứng cần chú ý là cáu kỉnh, bồn chồn và khóc nhiều hơn bình thường. Hãy đến ngay cơ sở chăm sóc y tế nếu con quý vị không ăn, không ngủ hoặc không thể dỗ được. Nếu quý vị dùng thuốc nhóm opioid, hãy cố gắng giảm tần suất cho bé bú trước khi cai sữa hoàn toàn.

Nếu tôi dùng thuốc nhóm opioid khi đang mang thai, con tôi có bị các triệu chứng cai thuốc sau khi chào đời không?

Nếu quý vị dùng thuốc nhóm opioid khi đang mang thai, em bé của quý vị có thể có các triệu chứng cai thuốc sau khi chào đời. Em bé cũng sẽ cần ở lại bệnh viện thêm vài ngày.

Khi quý vị sinh con, loại hình chăm sóc tốt nhất cho quý vị và em bé được gọi là Ăn, Ngủ và Xoa Dịu. Loại hình này bao gồm:

- Quý vị và con ở cùng phòng với nhau.
- Giữ cho căn phòng luôn yên tĩnh với ánh sáng nhẹ.
- Quấn và bế em bé.
- Cho bé bú hoặc ôm bé da kề da khi bé bú bình.

Không phải bệnh viện nào cũng cung cấp loại hình chăm sóc Ăn, Ngủ và Xoa Dịu. Để tìm hiểu xem bệnh viện mà quý vị dự định sinh có cung cấp loại hình chăm sóc Ăn, Ngủ và Xoa Dịu hay không, quý vị có thể:

- Hỏi nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trước khi sinh xem bệnh viện mà quý vị muốn sinh có cung cấp loại hình chăm sóc Ăn, Ngủ và Xoa Dịu hay không.
- Quý vị có thể gọi đến số điện thoại chính của bệnh viện và hỏi người điều hành khoa phụ sản (đôi khi được gọi là tầng/đơn vị 'hậu sản', 'trước sinh' hoặc 'mẹ bé'). Bất kỳ y tá nào đang làm việc đều nên biết bệnh viện có cung cấp loại hình chăm sóc Ăn, Ngủ và Xoa Dịu hay không.
- Nếu có thể, hãy chọn sinh tại bệnh viện có loại hình chăm sóc Ăn, Ngủ và Xoa Dịu. Đó là cách chăm sóc tốt nhất cho quý vị và con.



Giảm lượng opioid mà quý vị sử dụng

Rất khó để ngừng sử dụng opioid nếu quý vị đã dùng chúng trong một thời gian dài. Có những loại thuốc điều trị rối loạn sử dụng opioid mà quý vị có thể dùng, chúng sẽ giúp giảm cảm giác thèm thuốc và các triệu chứng cai thuốc. Các loại thuốc hiệu quả nhất là methadone và buprenorphine và chúng an toàn khi quý vị cho con bú. Hãy trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị hoặc gọi cho [Washington Recovery Help Line \(Đường Dây Hỗ Trợ Phục Hồi của Washington\)](#) (bằng Tiếng Anh) theo số 866-789-1511 để được trợ giúp hoặc biết thêm thông tin về cách nhận thuốc điều trị rối loạn sử dụng opioid.

Mọi người sử dụng những thuật ngữ khác nhau để mô tả các bộ phận cơ thể của họ. Một số cha mẹ là người chuyển giới và phi nhị giới sẽ sử dụng từ “chest (ngực)” thay vì “breast (vú)”. Trong tài liệu này, chúng tôi sử dụng breastfeeding và chestfeeding (đều có nghĩa là cho con bú) như các thuật ngữ có thể hoán đổi cho nhau. Cho con bú là một quá trình sinh học trong đó cơ thể quý vị tạo ra sữa để nuôi em bé.