

兴奋剂与哺乳



如果您正在服用从药房购买的 Ritalin 和 Adderall, 则给您的宝宝哺乳可能是安全的。

如果您正在服用其他类型的兴奋剂、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。

什么是兴奋剂?

兴奋剂是加速心率、呼吸和增加血压的药物。可卡因、甲基苯丙胺、Adderall® (安非他命和右旋安非他命) 和 Ritalin® (哌醋甲酯) 都是兴奋剂。

兴奋剂是否能够进入人的乳汁?

是的。如果您服用兴奋剂, 您的乳汁中也会含有兴奋剂。乳汁中的含量取决于您的服用量、您服用的是哪种兴奋剂以及服用后已经过了多长时间。

- 在服用可卡因后, 可卡因在人的乳汁中可以停留大约 36 个小时。如果您在饮酒时服用可卡因, 您的身体会制造一种叫做古柯碱的物质, 它在您体内停留的时间会比可卡因更长。
- 在服用后, 甲基苯丙胺可在乳汁中停留长达 4 天之久。
- 在服用后, 处方药 Ritalin® (哌醋甲酯) 在人的乳汁中可以停留大约 21 个小时。
- 处方药 Adderall® (右旋安非他命和安非他命) 在人的乳汁中可以停留超过 24 个小时。

关于处方药 Ritalin 和 Adderall

- 如果您按处方服用兴奋剂,您可能不需要抽吸并丢弃乳汁。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兴奋剂以及服用的药量情况。
- 当父/母服用少于 45 毫克/天的 Adderall® (安非他命) 或 80 毫克/天的 Ritalin® (哌醋甲酯) 时,对哺乳期婴儿没有已知的不利影响。

如果您偶尔会服用非处方的兴奋剂,或在停药后您再次使用这些药物

在服用兴奋剂前:

- 做好为宝宝哺乳的计划。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。

在服用兴奋剂期间:

- 避免在宝宝附近、宝宝居住的地方或在汽车等封闭空间吸食甲基苯丙胺、可卡因或其他兴奋剂。

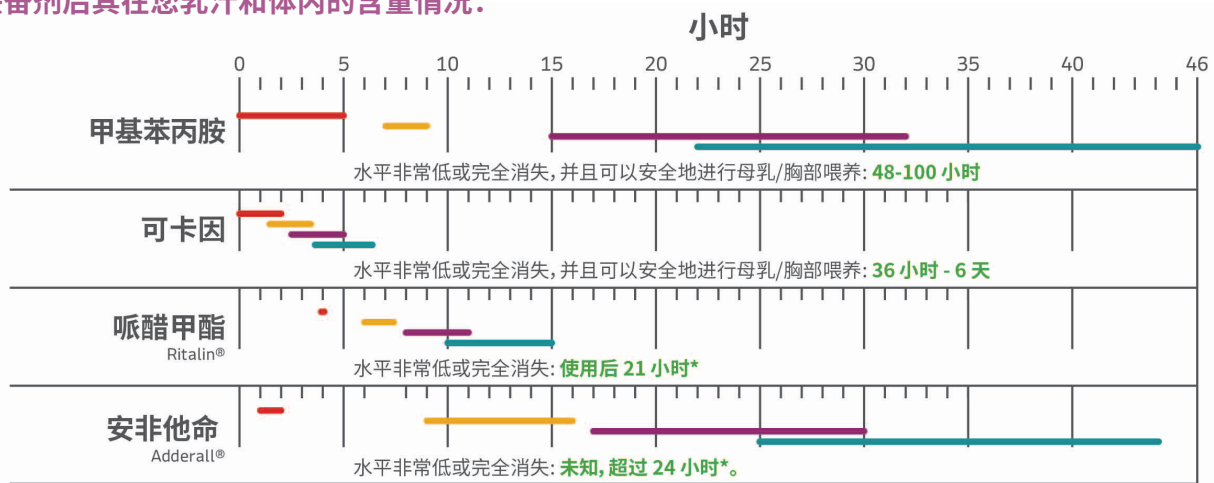
在服用兴奋剂后:

- 您可以给宝宝喂食婴儿配方奶粉、捐赠的乳汁或您在服用兴奋剂前抽吸的乳汁。
- 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兴奋剂为止。
- 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?

- **甲基苯丙胺:**在使用后至少 48 小时内均应该抽吸并丢弃乳汁。少量的甲基苯丙胺可以在乳汁中停留长达 100 小时(约 4 天)。如果您的尿液药物检测结果为甲基苯丙胺呈阴性,那么便可以恢复哺乳。
- **可卡因:**在使用可卡因后至少 36 小时内均应该抽吸并丢弃乳汁。少量的可卡因可以在乳汁中停留长达 6 天之久。
- 在服用安非他命或哌醋甲酯之后,您可能需要抽吸并丢弃乳汁。我们不知道具体需要多长时间。

在服用兴奋剂后其在您乳汁和体内的含量情况:



关键点

— 使用后兴奋剂含量最高水平

— 使用后兴奋剂含量为最高水平的 1/4

— 使用后兴奋剂含量为最高水平的 1/2

— 使用后兴奋剂含量为最高水平的 1/8

*按照处方使用



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可以增加乳汁中的营养。
 - 如果宝宝睡眠不佳、进食困难、易怒、颤抖、发烧或体重没有增加,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。
 - 不要在服用兴奋剂后驾车。
 - 避免和宝宝睡在一起。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。
 - 保护您自己和宝宝免受二手烟雾的影响。要求他人不要在家里吸食兴奋剂,不要带宝宝去有烟雾的地方。
 - 您可以通过服用较少的兴奋剂、减少服用兴奋剂的次数、以及等到您的乳汁中不在含有兴奋剂时再给宝宝哺乳来减少对宝宝的负面影响。
 - 安全地储存兴奋剂和其他物质。如果家里有幼儿或其他儿童,这一点尤其重要。
- **如果您认为宝宝误食了阿片类药物,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。**

兴奋剂可能对婴儿产生怎样的影响

兴奋剂会使婴儿烦躁、睡眠不佳、体重增加缓慢、不想吃东西、呕吐和腹泻。他们的身体会变得过热,以及出现紧张不安、癫痫发作和心脏问题。

当父母按照处方服用哌醋甲酯或安非他命时,对婴儿没有已知的负面影响。

如果我在怀孕期间服用兴奋剂,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兴奋剂,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。



兴奋剂与哺乳

兴奋剂会扰乱对泌乳和排乳来说非常重要的激素。因此,如果您服用兴奋剂,您的产奶量可能会减少

减少兴奋剂的使用

如果您长期服用兴奋剂,可能会很难停止使用。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。