

각성제와 수유



약국에서 판매하는 Ritalin 및 Adderall을 복용하는 동안 아기에게 수유해도 안전할 수 있습니다.

다른 종류의 각성제, 취할 정도의 복용량 또는 약국에서 구입하지 않은 약을 복용하며 수유하는 것은 안전하지 않습니다.

각성제란 무엇인가요?

각성제 또는 "흥분제"는 심박수와 호흡을 빠르게 하고 혈압을 증가시키는 약물입니다. 코카인, 메스암페타민, Adderall®(암페타민 및 덱스트로암페타민), Ritalin®(메틸페니데이트)은 모두 각성제입니다.

각성제가 모유에 들어갈 수 있나요?

예. 귀하가 각성제를 복용하면 귀하의 모유에 그 성분이 함유됩니다. 모유에 함유된 각성제의 양은 각성제 복용량, 종류, 복용 후 경과한 시간에 따라 달라집니다.

- 코카인은 투입 후 약 36시간 동안 모유에 남아 있습니다. 술을 마시며 코카인을 투입하면, 신체는 코카인보다 더 오래 체내에 잔류하는 코카에틸렌이라는 물질을 생성합니다.
- 메스암페타민은 투약 후 최대 4일 동안 모유에 남아 있습니다.
- 처방받은 Ritalin®(메틸페니데이트)은 투약 후 약 21시간 동안 모유에 남아 있습니다.
- 처방받은 Adderall®(암페타민 및 덱스트로암페타민)은 24시간 이상 모유에 남아 있습니다.

처방받은 Ritalin 및 Adderall 정보

- 처방에 따라 각성제를 복용하는 경우 모유를 유축해 버리지 않아도 될 수 있습니다. 모유 수유가 본인과 아기에게 적합한지 결정하려는 경우 복용하는 각성제 종류 및 복용량에 대해 담당 의료제공자와 상의하세요.
- 부모가 하루에 Adderall®(암페타민) 45mg 미만 또는 Ritalin®(메틸페니데이트) 80mg 미만을 복용하는 경우 수유 중인 아기에게 미치는 부정적인 영향에 대해 알려진 것은 없습니다.

처방받지 않은 각성제를 가끔 복용하거나 복용 중단 후 다시 복용하는 경우

각성제 복용 전:

- 아기에게 수유할 계획을 세웁니다. 모유를 유축해서 보관하거나, 분유를 구입하거나, 기증받은 모유를 구입합니다.

각성제 복용 중:

- 아기 근처, 아기가 생활하는 곳, 또는 자동차와 같은 밀폐된 공간에서 메스암페타민, 코카인 또는 다른 각성제를 피우지 마세요.

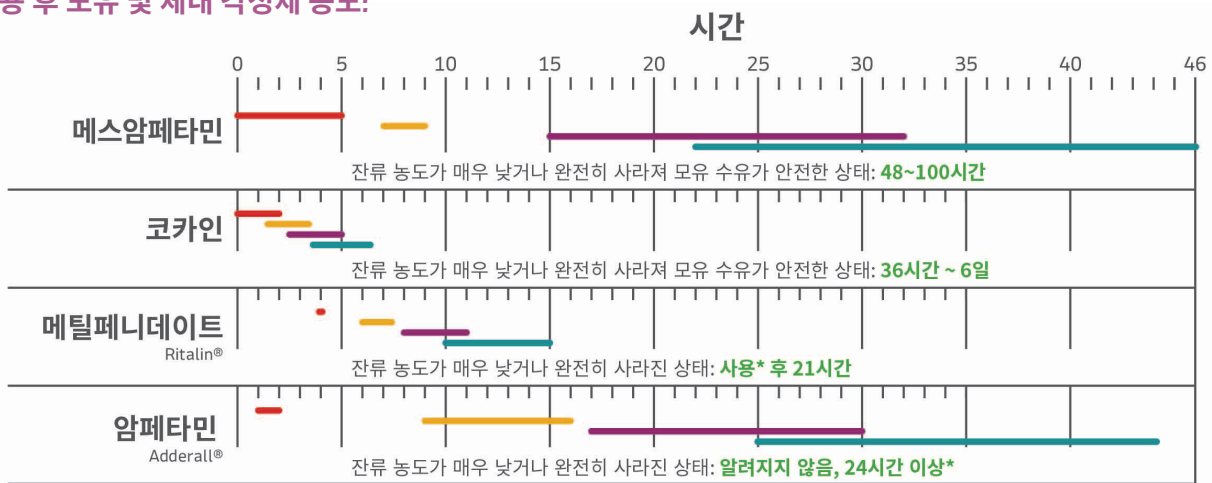
각성제 복용 후:

- 아기에게 분유, 기증받은 모유 또는 각성제 복용 전에 유축한 모유를 수유할 수 있습니다.
- 안심하기 위해 유축한 후 모유에 각성제가 없어질 때까지 모유를 버릴 수 있습니다.
- 평소 아기에게 수유를 하는 횟수만큼 자주 유축하는 것은 모유 공급량을 유지하는 좋은 방법입니다.

다시 수유를 하기 위해 얼마나 오래 모유를 유축해서 버려야 하나요?

- **메스암페타민:** 투약 후 최소 48시간 동안 모유를 유축해서 버리세요. 소량의 메스암페타민은 모유에 최대 100 시간(~4일) 동안 남아 있을 수 있습니다. 소변 약물 검사 결과 메스암페타민 음성 반응이 나온 경우, 수유를 다시해도 됩니다.
- **코카인:** 코카인 투약 후 최소 36시간 동안 모유를 유축해서 버리세요. 소량의 코카인은 모유에 최대 6일 동안 남아 있을 수 있습니다.
- **암페타민이나 메틸페니데이트를 투약한 후에는** 모유를 유축해 버려야 할 수 있습니다. 얼마나 오래 버려야하는지는 정확히 알 수 없습니다.

각성제 복용 후 모유 및 체내 각성제 농도:



기호 설명

- 사용 후 각성제 최고 농도
- 사용 후 각성제 농도가 최고 수준의 1/2로 감소
- 사용 후 각성제 농도가 최고 수준의 1/4로 감소
- 사용 후 각성제 농도가 최고 수준의 1/8로 감소

*처방받은 사용



산모와 아기의 건강과 안전 지키기

- 요오드가 함유된 종합 비타민제를 복용하고 밝은 색의 과일을 섭취하면 모유의 영양을 높일 수 있습니다.
 - 아기가 잘 자지 않거나, 잘 먹지 않거나, 짜증을 내거나, 몸을 떨거나, 열이 있거나, 체중이 늘지 않는다면 담당 의료제공자와 상담하세요.
 - 술이나 약에 취한 경우에는 베이비시터를 구하세요.
 - 각성제 복용 상태에서 운전하지 마세요.
 - 각성제 복용 후에는 아기와 함께 자지 마세요. 아기와 같은 방에서 자되 아기는 아기 침대에서 자는 것이 가장 안전한 수면 환경입니다.
 - 간접흡연으로부터 자신과 아기를 보호하세요. 집에서 각성제를 피우지 않도록 다른 사람에게 부탁하고 연기가 나는 곳에 아기를 데려가지 마세요.
 - 각성제 복용량을 줄이고, 복용 횟수를 줄이며, 수유를 하기 위해 모유에 각성제 성분이 없어질 때까지 기다린다면 아기에게 미치는 해로운 영향을 줄일 수 있습니다.
 - 각성제와 다른 약물을 안전하게 보관하세요. 집 안에 유아나 다른 아이가 있는 경우 특히 중요한 사항입니다.
-
- **아기가 각성제를 삼켰다고 생각되면, Poison Control(독성물질 중독관리)에 800-222-1222로 전화하세요.**
 - 아기가 느리게 호흡하거나, 숨을 멈추거나, 깨어나지 않거나, 피부나 입술이 파랗거나, 축 늘어지고, 너무 졸려하거나, 구토 및/또는 설사를 멈추지 않는 경우, **911에 전화하세요.**

각성제가 유아에게 미칠 수 있는 영향

유아가 각성제를 섭취한 경우 짜증을 내고, 잠을 못자고, 체중이 천천히 증가하고, 먹기 싫어하고, 구토 및 설사를 할 수 있습니다. 유아의 몸이 너무 뜨거워지고 불안, 발작, 심장 문제를 일으킬 수 있습니다.

부모가 처방에 따라 메틸페니데이트 또는 암페타민을 복용하는 경우 아기에게 미치는 해로운 영향에 대해 알려진 것은 없습니다.

임신 중 각성제를 복용하면, 아기가 태어난 후 금단 증상을 겪을 수 있나요?

임신 중 각성제를 복용한 경우, 아기가 태어난 후 금단 증상을 보일 수 있습니다. 또한 아기는 며칠 더 병원에 입원해야 할 수도 있습니다.

출산 시 산모와 아기에게 가장 좋은 돌봄은 '먹고, 자고, 달래기'입니다. 이러한 돌봄은 다음을 포함합니다.

- 산모와 아기가 같은 방에서 지냅니다.
- 방을 조용하게 유지하고 조명을 어둡게 합니다.
- 아기를 겹싸개로 싸고 안아줍니다.
- 모유 수유를 하거나 젖병으로 먹이는 동안 피부를 맞대고 아기를 안아줍니다.

모든 병원이 '먹고, 자고, 달래기'를 제공하는 것은 아닙니다. 분만하려는 병원이 '먹고, 자고, 달래기'를 제공하는지 확인하려면 다음을 할 수 있습니다.

- 분만하려는 병원이 '먹고, 자고, 달래기'를 제공하는지 산전 진료 제공자에게 문의하세요.
- 병원의 대표 전화번호로 전화해 교환원에게 산부인과(종종 '산후', '산전', '산모' 층/병동이라고도 함)를 연결해달라고 할 수 있습니다. 근무 중인 간호사는 병원이 '먹고, 자고, 달래기'를 제공하는지 알고 있어야 합니다.
- 가능하다면 '먹고, 자고, 달래기'를 제공하는 병원에서 출산하세요. 이는 산모와 아기에게 가장 좋은 돌봄 유형입니다.



각성제와 수유

각성제는 유즙 분비와 유즙 강하에 중요한 호르몬을 방해합니다. 따라서 각성제를 복용하면 모유 분비량이 줄어들 수 있습니다.

각성제 사용 줄이기

각성제를 장기간 복용한 경우 사용을 중단는 것은 어렵습니다. 사용을 중단하거나 줄이는 방법에 대한 지원 또는 정보는 담당 의료제공자에게 문의하거나 [Washington Recovery Help Line\(워싱턴주 회복 헬프라인\)](https://www.wa.gov/health-recovery)([영어로 제공](#))에 866-789-1511로 전화하세요.

사람마다 신체부위를 설명하기 위해 다른 용어를 사용합니다. 일부 트랜스젠더 및 논바이너리 생물학적 부모는 "유방 (breast)" 대신 "가슴(chest)"을 사용합니다. 본 문서에서는 모유 수유를 유방 수유 및 가슴 수유를 포함하는 용어로 사용합니다. 수유는 아기를 먹이기 위해 신체가 젖을 생산하는 생물학적 과정입니다.