

# Thuốc Nhóm Benzodiazepin và Việc Cho Con Bú



Việc cho con bú trong khi quý vị đang sử dụng oxazepam, clobazam hoặc lorazepam mua ở nhà thuốc có thể vẫn an toàn.

Nếu quý vị đang sử dụng các loại thuốc benzodiazepin khác, với liều lượng khiến quý vị không tỉnh táo hoặc thuốc không mua ở nhà thuốc, thì việc cho con bú là không an toàn.

## **Thuốc nhóm benzodiazepin là gì?**

Thuốc nhóm benzodiazepin như Valium (diazepam), Xanax (alprazolam), Klonopin (clonazepam) và Ativan (lorazepam) 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 benzodiazepin cùng với các thuốc giảm đau khác như thuốc nhóm opioid hoặc đồ uống có cồn có thể khiến quý vị vô tình bị quá liều.

## **Benzon có thể đi vào sữa mẹ không?**

Có. Nếu quý vị dùng thuốc nhóm benzodiazepin, trong sữa của quý vị sẽ có benzodiazepin.

Lượng benzodiazepin có trong sữa của quý vị sẽ phụ thuộc vào lượng, loại và khoảng thời gian mà quý vị đã sử dụng benzodiazepin.

### Thông tin về việc sử dụng thuốc nhóm benzodiazepine 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 benzodiazepine mà quý vị đang dùng để quyết định xem việc cho con bú có phù hợp với quý vị và em bé hay không.

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

### Trước khi sử dụng benzon:

- 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.

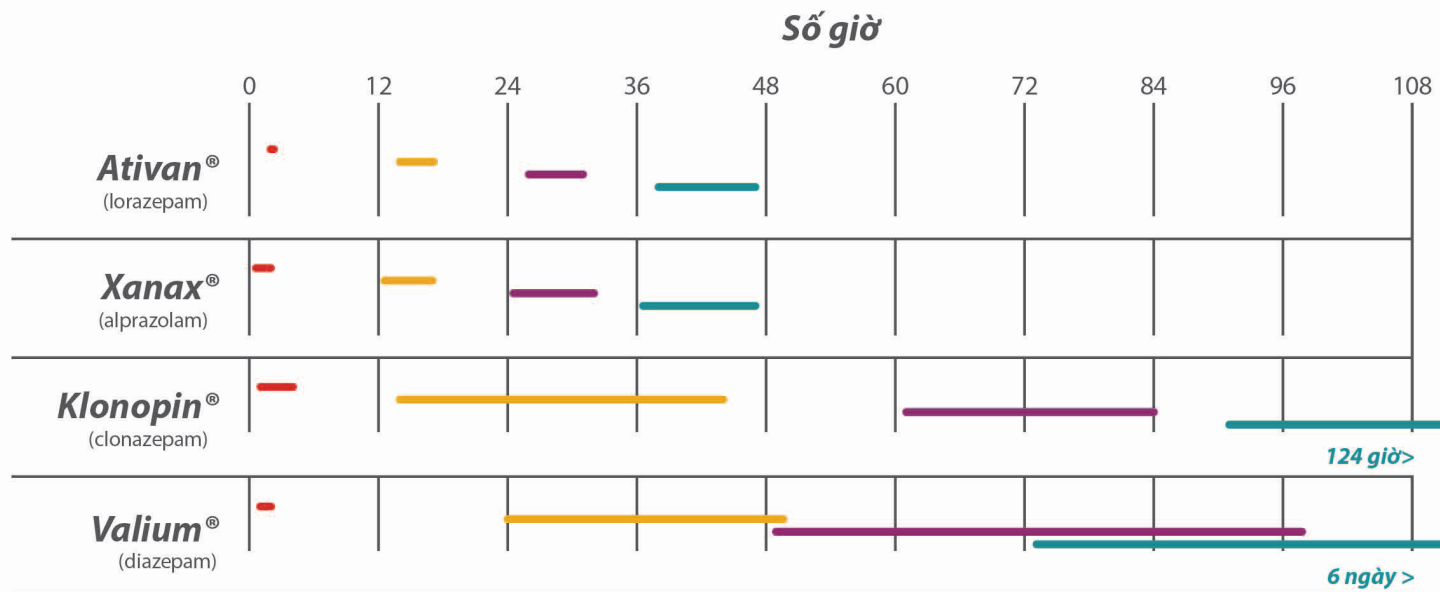
### Sau khi sử dụng benzon:

- 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 thuốc nhóm benzodiazepin.
- Quý vị có thể hút sữa ra cho thoải mái và đổ bỏ sữa đó cho đến khi sữa không còn benzodiazepin.
- 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?

- Không có khoảng thời gian rõ ràng rằng bao lâu quý vị nên hút sữa và đổ bỏ sữa nếu quý vị đang sử dụng thuốc nhóm benzodiazepin.
- Hút và đổ bỏ sữa của quý vị trong ít nhất 2-4 giờ sau khi dùng thuốc nhóm benzodiazepin. Có lẽ sẽ tốt hơn nếu chờ được lâu hơn.

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



### Chú thích

- Mức Benzo cao nhất sau khi sử dụng
- Benzo ở mức 1/2 mức cao nhất sau khi sử dụng
- Benzo ở mức 1/4 mức cao nhất sau khi sử dụng
- Benzo ở mức 1/8 mức cao nhất sau khi sử dụng



## 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 sáng 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 thuốc nhóm benzodiazepin.
- Tránh ngủ với con sau khi sử dụng thuốc nhóm benzodiazepin. 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.
- Quý vị có thể giảm những tác động tiêu cực đến con bằng cách giảm bớt lượng thuốc nhóm benzodiazepin, giảm tần suất sử dụng và đợi cho đến khi sữa của quý vị không còn benzodiazepin nữa mới cho con bú.
- cất thuốc nhóm benzodiazepin và các chất khác 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 benzodiazepin**, 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 benzodiazepin có thể ảnh hưởng đến trẻ sơ sinh như thế nào

Thuốc nhóm benzodiazepin có thể khiến trẻ sơ sinh buồn ngủ, khó đánh thức, khó ăn, vàng da sơ sinh, kém cảnh giác và kém tương tác. Khoảng 2% trẻ sơ sinh bú sữa mẹ có chứa benzodiazepin sẽ có một số triệu chứng này. Việc cho con bú nếu quý vị đang dùng nhiều hơn một loại thuốc nhóm benzodiazepine, liều cao hoặc đang dùng thuốc nhóm benzodiazepine với đồ uống có cồn, thuốc nhóm opioid hoặc thuốc giảm đau khác là không an toàn.

Một số trẻ sơ sinh sẽ xuất hiện các triệu chứng cai thuốc nếu cha/mẹ đang cho chúng bú ngưng dùng thuốc nhóm benzodiazepin 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 benzodiazepin, hãy cố gắng giảm lượng thuốc trước khi ngưng hẳn.

## Nếu tôi dùng thuốc nhóm benzodiazepin khi đang mang thai thì con tôi có bị các triệu chứng cai thuốc sau khi sinh 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 thuốc nhóm benzodiazepine mà quý vị sử dụng

Đột ngột ngưng sử dụng thuốc nhóm benzodiazepine có thể gây nguy hiểm và khó khăn. 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 bỏ hoặc giảm việc sử dụng thuốc.

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.