

# 阿片类药物与哺乳



如果您在短期内服用处方的阿片类药物,如手术后,给宝宝哺乳是安全的。

在您服用阿片类药物和其他镇静剂(如苯二氮卓类药物或酒精)时,给宝宝哺乳是不安全的。

在您服用不是从药房购买的阿片类药物时,给宝宝哺乳是不安全的。

如果您正在服用治疗阿片类药物使用障碍的处方药,如美沙酮或丁丙诺啡,建议可以给宝宝哺乳。

## 什么是阿片类药物?

阿片类药物,如芬太尼、海洛因、Percocet®/Oxycontin® (羟考酮)、可待因、以及 Vicodin® (氢可酮)都是“镇静剂”。此类药物会减慢您的呼吸、心率、以及大脑和身体之间的信息传递。阿片类药物与其他镇静剂如苯二氮卓类药物或酒精一起服用,可能会导致您意外地服用过量。

纳洛酮(Narcan®)是一种可以逆转阿片类药物过量的药物。此药物可以将阿片类药物从您体内的受体上移开,大约需要30-90分钟。**如果您出现阿片类药物过量的情况,纳洛酮可以挽救您的生命,您应该随身携带一些。**

## 阿片类药物是否能够进入人的乳汁?

是的。如果您服用阿片类药物,您的乳汁中也会含有阿片类药物。乳汁中的含量取决于您的服用量、您服用的是哪种阿片类药物以及服用后已经过了多长时间。服用阿片类药物1-3小时后,其在乳汁中的含量会达到最高。

如果您服用纳洛酮(Narcan®),此药物不会从您的乳汁中清除阿片类药物。

关于处方阿片类药物的使用

- 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阿片类药物以及服用的药量情况。
- 在医院接受芬太尼治疗后,您不需要像剖腹产或输卵管结扎时那样抽吸并丢弃乳汁。

如果您偶尔会服用非处方的阿片类药物,或在停药后您再次使用这些药物

在服用阿片类药物前:

- 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。

在服用阿片类药物期间:

- 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阿片类药物。

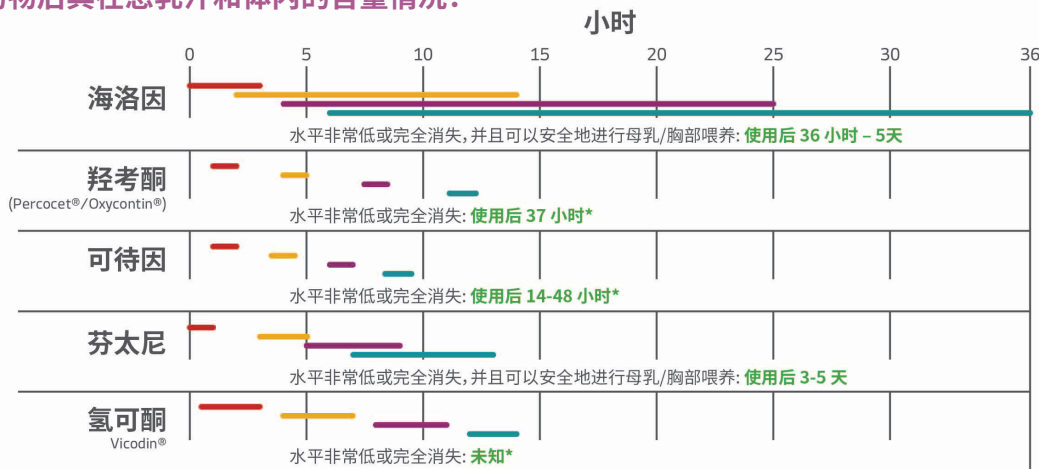
在服用阿片类药物后:

- 您可以给宝宝喂食婴儿配方奶粉、捐赠的乳汁或您在服用阿片类药物前抽吸的乳汁。
- 至少 1-3 小时内均应该抽吸并丢弃乳汁。
- 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?

- 在服用阿片类药物后,至少要等 1-3 个小时才能给宝宝哺乳。在 3 个小时后,您的乳汁中阿片类药物的含量将继续变少。通常需要 1-5 天时间,您的身体才能完全清除乳汁中的所有阿片类药物。
- 如果您因使用阿片类药物而感到昏昏欲睡,请抽吸并丢弃您的乳汁,直到您感到清醒为止。
- 海洛因:在使用海洛因后至少 36 小时内均应该抽吸并丢弃乳汁。在使用海洛因后,其可在您的乳汁中停留长达 5 天之久。
- 芬太尼:我们不知道芬太尼需要多长时间才能从母乳中完全消失。如果您长期服用非药店购买的芬太尼,在给宝哺乳前 3-5 天内均应该抽吸并丢弃乳汁。

在服用阿片类药物后其在您乳汁和体内的含量情况:



关键点

- 使用后阿片类药物含量最高水平
- 使用后阿片类药物含量为最高水平的 1/2
- 使用后阿片类药物含量为最高水平的 1/4
- 使用后阿片类药物含量为最高水平的 1/8

\*按照处方使用

剂量越大,服用时间越长,对宝宝的有害影响就越大。

### 如果服用以下剂量的药物,可能会造成有害影响

可待因每天超过 100 mg\*,  
或任何剂量超过 4 天

羟考酮每天超过 28 mg\*

氢可酮每天超过 80 mg\*

\*以 154 磅 (70 公斤) 的体重为基础。

### 如果服用以下剂量的药物,可能是安全的

每天服用 70 毫克\*或更少的可待因,  
持续服用 4 天或更少的时间

每天服用 10.5 毫克\*或更少的羟考酮

每天服用 25 毫克或更少的氢可酮

## 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来增加乳汁中的营养。
- 如果宝宝表现的比平时更加困倦、进食困难或便秘,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。
- 不要在服用阿片类药物后驾车。
- 避免在服用阿片类药物后和宝宝睡在一起。您不小心使宝宝窒息的风险较高。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阿片类药物,不要带宝宝去有烟雾的地方。
- 您可以通过服用较少的阿片类药物、减少服用阿片类药物的次数、以及等到您的乳汁中不在含有阿片类药物时再给宝宝哺乳来减少对宝宝的负面影响。
- 安全地储存阿片类药物和其他物质。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**。



## 阿片类药物可能对婴儿产生怎样的影响

阿片类药物可以使婴儿困倦、难以醒来、进食困难、警觉性和互动性降低。用含有阿片类药物的母乳喂养的婴儿中大约有 17-23% 会出现这些症状。如果您在服用阿片类药物后感到昏昏欲睡时进行哺乳, 宝宝出现这些症状的几率会更高。如果您正在服用一种以上的阿片类药物、大剂量的阿片类药物、或在服用阿片类药物的同时饮酒、服用苯二氮卓类药物或其他镇静剂, 则给宝宝哺乳是不安全的。

如果婴儿的胸部/母乳喂养的父/母停止服用阿片类药物或停止哺乳, 一些婴儿会出现戒断症状。需要注意的症状是易怒、烦躁不安和比平时更爱哭闹。如果宝宝不吃饭、不睡觉或无法安慰, 应寻求医疗护理。如果您服用阿片类药物, 在完全断奶之前, 尝试减少宝宝的哺乳次数。

## 如果我在怀孕期间服用阿片类药物, 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阿片类药物, 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。



## 减少阿片类药物的使用

如果您长期服用阿片类药物,就会很难停止使用。您可以服用一些治疗阿片类药物使用障碍的药物这将有助于降低您的渴望和减少戒断症状。最有效的药物是美沙酮和丁丙诺啡,而且在哺乳期内服用这些药物是安全的。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, 以获得有关如何获得阿片类药物使用障碍药物的相关支持或信息。

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。