

Бензодіазепіни та лактація



Під час приймання оксазепаму, клобазаму або лоразепаму, які можна придбати в аптеці, годувати дитину грудьми може бути безпечно.

Поки ви приймаєте інші типи бензодіазепінів у дозах, які викликають у вас стан наркотичного сп'яніння, або таблетки, які не продаються в аптеці, годувати грудьми небезпечно.

Що таке бензодіазепіни?

Бензодіазепіни, як-от Valium (діазепам), Xanax (алпразолам), Klonopin (клоназепам) і Ativan (лоразепам), є пригнічувальними засобами. Вони сповільнюють дихання, серцебиття та обмін сигналами між мозком і тілом. Приймання бензодіазепінів з іншими пригнічувальними засобами, наприклад опіоїдами або алкоголем, може призвести до випадкового передозування.

Чи можуть бензодіазепіни потрапляти в молоко матері?

Так. Якщо ви приймаєте бензодіазепіни, вони будуть у вашому молоці.

Кількість цих речовин у молоці залежить від того, скільки ви приймаєте, які саме бензодіазепіни та скільки часу минуло з моменту їх приймання.

Приймання призначених бензодіазепінів за рецептом

- Вирішуючи, чи підходить вам і вашій дитині годування грудьми, порадьтеся зі своїм лікарем, повідомте йому, який саме бензодіазепін ви приймаєте та в якій дозі.

Якщо ви іноді приймаєте бензодіазепіни без призначення лікаря або вживаєте їх знову після припинення приймання

Дії до приймання бензодіазепінів:

- Сплануйте годування дитини. Зцідіть і збережіть молоко, купіть дитячу суміш або донорське молоко.

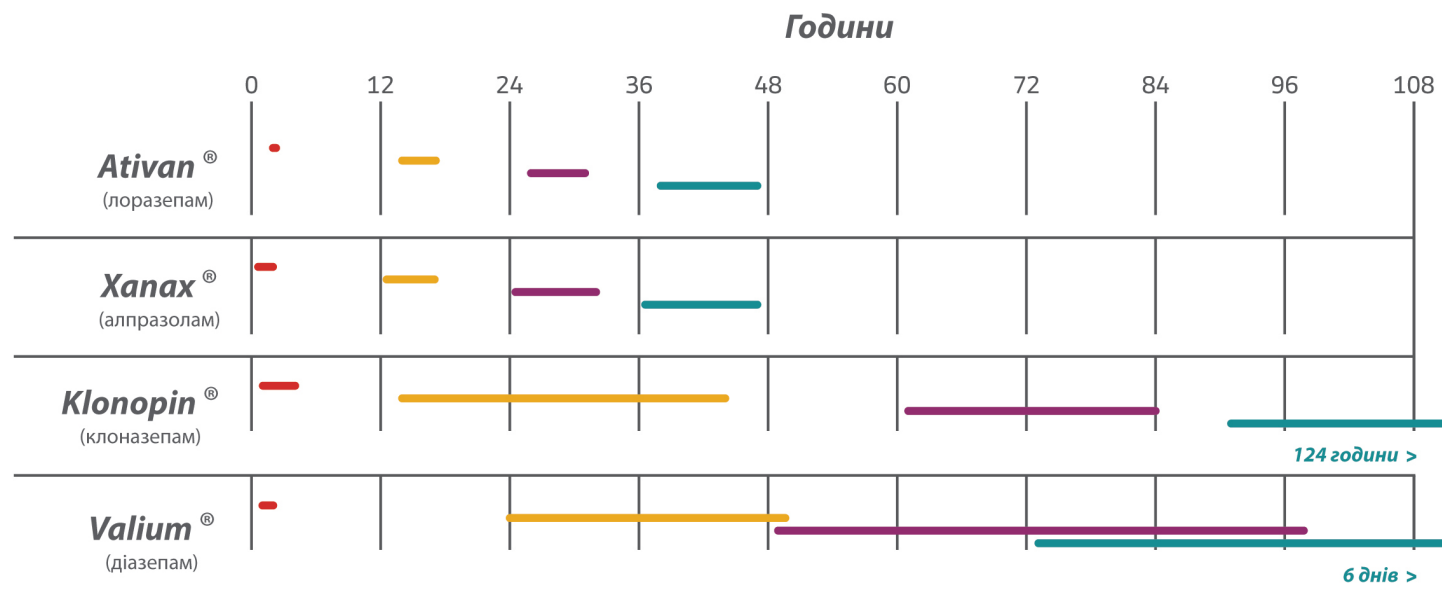
Дії після приймання бензодіазепінів:

- Ви можете нагодувати дитину дитячою сумішшю, донорським молоком або молоком, яке ви зцідили перед прийманням бензодіазепінів.
- Доки молоко містить бензодіазепіни, ви можете задля комфорту зціджувати його та зливати.
- Зціджування з такою самою частотою, з якою ви зазвичай годуєте дитину, – це ефективний спосіб підтримувати запаси молока.

Як довго слід зціджувати й зливати молоко перед тим, як знову годувати грудьми / вдаватися до грудного вигодовування?

- Якщо ви приймаєте бензодіазепіни, то неможливо чітко визначити час, упродовж якого вам потрібно зціджувати та зливати молоко.
- Зціджуйте та зливайте молоко щонайменше протягом 2–4 годин після приймання бензодіазепінів. Імовірно, краще зачекати довше.

Рівень бензодіазепінів у молоці та організмі після їх приймання:



Умовні позначення

- Червоний — Рівень бензодіазепінів найвищий після приймання
- Жовтий — Рівень бензодіазепінів становить ½ від найвищого рівня після приймання
- Фіолетовий — Рівень бензодіазепінів становить ¼ від найвищого рівня після приймання
- Синій — Рівень бензодіазепінів становить ⅓ від найвищого рівня після приймання



Збереження здоров'я та безпека для вас і вашої дитини

- Приймайте полівітаміни з йодом, їжте фрукти та овочі яскравих кольорів, щоб збільшити кількість поживних речовин у вашому молоці.
- Зверніться до лікаря, якщо ваша дитина спить більше, ніж зазвичай, має труднощі з їжею або страждає від закрепів.
- Скористайтеся послугами няні на час, поки ви перебуваєте в стані сп'яніння.
- Не керуйте транспортними засобами, перебуваючи під дією бензодіазепінів.
- Не лягайте спати з дитиною після того, як прийняли бензодіазепіни. Ви більше ризикуєте випадково задушити дитину. Найбезпечніше спати в одній кімнаті, коли дитина у власному ліжечку.
- Ви можете зменшити негативний вплив на дитину, приймаючи меншу кількість бензодіазепінів, рідше приймаючи бензодіазепіни та не годуючи дитину, доки ваше молоко не перестане містити бензодіазепіни.
- Зберігайте бензодіазепіни й психоактивні речовини в надійному місці. Це особливо важливо, якщо в будинку є малюки або інші діти.
 - **Якщо ви підозрюєте, що ваша дитина проковтнула бензодіазепіни**, зателефонуйте до Poison Control (токсикологічного центру) за номером 800-222-1222.
 - **Телефонуйте 911**, якщо у вашої дитини сповільнене дихання, якщо дихання зупиняється, її важко розбудити, шкіра або губи посиніли, вона млява, занадто сонлива, у неї блювання та/або діарея, які не припиняються.

Як бензодіазепіни можуть вплинути на немовля

Бензодіазепіни можуть зробити немовлят сонливими, їм буде складно прокидатися, важко їсти, у них може виникнути неонатальна жовтяниця, вони стануть менш уважними та менше бажатимуть спілкуватися. Близько 2 % немовлят, яких годують материнським молоком, що містить бензодіазепіни, матимуть деякі із цих симптомів. Небезпечно годувати дитину грудьми, якщо ви приймаєте кілька бензодіазепінів, високі дози бензодіазепінів або одночасно бензодіазепіни з алкоголем, опіоїдами чи іншими пригнічувальними препаратами.

У деяких немовлят виникають симптоми абстинентного синдрому, якщо їхні матері припиняють приймати бензодіазепіни або припиняють годувати їх грудьми. Симптомами, на які слід звернути увагу, є дратівливість, неспокій і сильніший плач, ніж зазвичай. Якщо дитина не їсть, не спить і не припиняє плакати, зверніться за медичною допомогою. Якщо ви приймаєте бензодіазепіни, спробуйте зменшити їхню дозу, перш ніж повністю відмовлятися від них.

Якщо я приймаю бензодіазепіни під час вагітності, чи буде в моєї дитини абстинентний синдром після народження?

Якщо ви приймаєте опіоїди під час вагітності, у вашої дитини можуть виникнути симптоми абстинентного синдрому після народження. Вашій дитині також потрібно буде провести в лікарні кілька додаткових днів.

Після народження дитини найкращий метод догляду за вами й дитиною – «їсти, спати й заспокоювати». Складові цього методу:

- Перебування вас і дитини разом в одній кімнаті.
- Підтримка тиші й неясного освітлення в кімнаті.
- Сповивання вашої дитини й тримання її на руках.
- Годування дитини грудьми або притискання її до себе під час годування з пляшечки.

Не у всіх лікарнях можна скористатися методом «їсти, спати й заспокоювати». Щоб дізнатися, чи зможете ви скористатися методом «їсти, спати й заспокоювати» в лікарні, у якій плануєте народжувати, ви можете виконати такі дії:

- Запитати в пренатальному відділенні, чи зможете ви скористатися методом «їсти, спати й заспокоювати» в лікарні, у якій плануєте народжувати.
- Зателефонувати на головний номер телефону лікарні й запитати оператора про пологове відділення (його іноді називають «післяпологовим», «передпологовим» або «матері й дитини»). Будь-яка медсестра, що працює в закладі, повинна знати, чи можна там скористатися методом «їсти, спати й заспокоювати».
- За можливості обирайте для пологів лікарню, у якій можна скористатися методом «їсти, спати й заспокоювати». Це найкращий метод догляду за вами й вашою дитиною.

Зменшення приймання бензодіазепіну

Раптово припиняти вживання бензодіазепінів може бути небезпечно й складно. Проконсультуйтеся з медичним працівником або зателефонуйте на [Washington Recovery Help Line](https://www.wa.gov/health/recovery) (лінію допомоги з реабілітації в штаті Вашингтон) (тільки англійською мовою) за номером 866-789-1511, якщо вам знадобиться підтримка або інформація щодо припинення або зменшення споживання.

Люди називають різні частини тіла різними словами. Деякі трансгендерні та небінарні батьки використовують слово «грудина» замість «груди». У цьому документі ми використовуємо терміни «годування грудьми» та «грудне вигодовування» як взаємозамінні. Лактація – це біологічний процес, під час якого організм виробляє молоко для годування немовлят.