



# Allaitement et médicaments



## Est-ce toujours un problème?

**Allaiter, c'est bon et sain pour vous, votre bébé, la société et même pour la planète.**

Peu importe l'âge de votre enfant, il est important que vos prestataires de soins sachent que vous allaitez, tout comme ils prennent en compte vos allergies ou vos problèmes de santé passés.

Si on vous a permis de prendre un médicament pendant que vous étiez enceinte, sachez que votre enfant en reçoit seulement une petite quantité quand vous l'allaitez, bien moins que ce qu'il recevait quand il était dans votre ventre.



La prise de décision partagée avec votre professionnel de la santé est importante et doit tenir compte des caractéristiques du médicament, des données de recherche et de vos inquiétudes et vos souhaits.

Il ne doit pas seulement se baser sur les informations du médicament pour savoir si c'est sécuritaire pendant l'allaitement. Des sites spécialisés existent et sont disponibles gratuitement sur Internet pour vous aider.

**C'est le médicament qui doit s'adapter à l'allaitement, pas le contraire.**

### Voici quelques conseils qui, en passant, sont bons pour tous!

- Essayez d'abord des mesures de confort pour vous sentir mieux, sans médicament.
- Évitez les médicaments qui contiennent des ingrédients dont vous n'avez pas besoin. Préférez les médicaments avec un seul ingrédient actif plutôt que ceux qui en ont plusieurs, comme les formules rhume tout-en-un.
- Choisissez des médicaments à appliquer ou à vaporiser, tels que des crèmes, des onguents, des gouttes, des vaporisateurs ou des inhalateurs, plutôt que ceux que vous devez avaler, car cela limite l'exposition de votre enfant au médicament.
- Utilisez la plus petite dose nécessaire pour être soulagée.



**Si vous avez besoin de prendre un médicament, ce n'est PAS contre-indiqué la plupart du temps.**

Au besoin, il est possible de trouver un choix plus sécuritaire. Si vous avez besoin d'un examen à base de radio-isotopes, comme une scintigraphie ou une tomographie par émission de positons (TEP-scan), ou d'une chimiothérapie qui ne peut pas attendre la fin de votre allaitement, informez-vous auprès de votre prestataire de soins de la durée souhaitable en terme d'heures, de jours ou de semaines de la suspension de l'allaitement. **Vous avez le droit de connaître toutes les options et de choisir ce qui est le mieux pour votre enfant et vous.**

Certaines situations nécessitent malheureusement l'arrêt complet de l'allaitement. Dans ce cas, demandez de l'aide auprès des organismes d'aide à l'allaitement ou d'une consultante en lactation pour que l'arrêt se passe en douceur pour votre enfant et vous.



Quand vous envisagez de prendre un médicament, il est important de peser les risques pour votre enfant, mais aussi les risques de ne pas le prendre et les risques de perdre les bienfaits de l'allaitement pour vous deux. **Vous pouvez souvent vous soigner ET allaiter en même temps.**

Avant de tirer et jeter votre lait, demandez toujours l'avis d'un expert pour être certaine que c'est vraiment nécessaire. Il peut vous aider en consultant ensemble les références spécialisées.



**N'hésitez pas à demander par écrit le nom exact du médicament qu'on vous prescrit, à poser des questions et à demander des précisions à vos prestataires de soins.**

#### Sources d'information

<https://mouvementallaitement.org/wp-content/uploads/maq-effet-protecteur-allaitement-synthese-fr.pdf>

<https://www.gifa.org/international/environnement-et-climat/>

<https://www.racgp.org.au/afp/2016/august/overcoming-challenges-faced-by-breastfeeding-mothers/>

<https://trashthepumpanddump.org/the-risks-of-pumping-dumping>

<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/soins-meres-nouveau-ne-lignes-directrices-nationales-chapitre-6.html>

Références spécialisées et gratuites sur les médicaments en contexte d'allaitement

<https://trashthepumpanddump.org/>

<http://e-lactancia.org/>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501922/>

<https://mothertobaby.org/lactrx/>

<https://www.breastfeedingnetwork.org.uk/drugs-factsheets/>

<https://nourri-source.org/fiches-pharmacologiques/>

