

# 孕期哺乳期感冒如何用药

◎阳春市人民医院 周 湘

在孕期和哺乳期，妈妈们的身体状况不仅与自身健康紧密相连，更对宝宝的成长发育起着至关重要的作用。当感冒不期而至，许多妈妈陷入了纠结：用药吧，担心药物会对宝宝造成伤害；不用药硬扛吧，又怕病情加重影响自身和宝宝。其实，只要了解孕期和哺乳期安全用药知识，妈妈们就能在面对疾病时做出更合适的选择。

孕期妈妈体内激素变化，肝脏代谢药物能力下降，药物易透过胎盘屏障，影响胎儿发育，尤其孕早期胎儿器官分化，服药可能致畸。哺乳期药物会随乳汁进入宝宝体内，新生儿肝脏代谢能力仅为成人三分之一，耐受性差，药物会影响其肝肾功能。不过，并非所有药物都不能用，选对母婴安全的药物，可控制病情，减少不良影响。

## 用药“红榜”，需遵医嘱

**发热：**体温达38.5℃且伴头痛、肌肉酸痛，要及时降温，持续高热或影响胎儿神经发育。孕期退热，对乙酰氨基酚（如泰诺林）是首选，孕早、中、晚期皆可在医生指导下用，每次≤500mg，日≤4次。哺乳期少量药物入乳汁，WHO认定安全，可正常哺乳，服药1~2小时后再喂奶更佳。

**鼻塞、流涕：**生理盐水鼻腔喷雾或洗鼻器是缓解鼻塞安全之选，能冲洗鼻腔、清除分泌物与过敏原，无副作用，孕哺期妈妈可放心用。羟甲唑啉滴鼻剂（如达芬霖）仅鼻塞严重影响睡眠时用，孕期尤其是孕早期用前需医生评估，连用≤3天，哺乳期滴药后按压鼻翼5分钟、喂奶前洗净鼻腔。

**咽痛：**孕期和哺乳期妈妈咽痛，可选复方氯己定含漱液（无酒精版），含漱时药物仅作用于咽喉黏膜，不进入血液循环，能有效缓解咽痛。也可含服无薄荷、无樟脑

的润喉糖，如蜂蜜柠檬味。但蜂蜜哺乳期妈妈可少量用，孕期妈妈要避免大量食用。

**咳嗽：**右美沙芬孕期归为C类，孕早、中期避免用，孕晚期可短期遵医嘱用，哺乳期少量入乳汁，服药后暂停哺乳4小时。氨溴索（如沐舒坦）孕期归为B类，能促进痰液排出，哺乳期使用安全，服药后无需暂停哺乳。

## 用药“黑榜”，严格禁用

**阿司匹林：**孕期妈妈务必远离阿司匹林！其成分可能致使胎儿动脉导管提前闭锁，大大增加出血风险，严重威胁胎儿生命安全。哺乳期妈妈服用，药物会随乳汁进入宝宝体内，影响宝宝血小板功能，诱发出血状况，为了宝宝健康，此药必须严格禁用。

**布洛芬：**孕晚期（20周后）的妈妈，布洛芬是绝对禁忌！它可能引发胎儿心脏出现缺陷，还会造成羊水减少，影响胎儿正常发育。哺乳期妈妈若长期服用，药物会经乳汁传递给宝宝，进而影响宝宝肾脏功能，给宝宝健康埋下隐患，切不可用。

**金刚烷胺（如快克）：**金刚烷胺作为抗流感病毒药，孕期妈妈严禁使用！它可能致使胎儿神经系统发育畸形，后果不堪设想。哺乳期妈妈服用后，药物会随乳汁影响宝宝，需暂停哺乳72小时，以免给宝宝带来伤害，务必严格遵循禁用要

求。

含伪麻黄碱的复方感冒药（如新康泰克）：含伪麻黄碱的复方感冒药，孕期妈妈要严格禁用！伪麻黄碱会收缩子宫血管，增加流产风险，对胎儿危害极大。哺乳期妈妈服用，药物可能让宝宝变得烦躁、失眠，影响宝宝正常作息与健康，所以此类药物坚决不能碰。

## 用药原则更为关键

一是优先选择单一成分药物，避免使用复方药。复方感冒药（如999感冒灵）含有多种成分，可能包含孕期和哺乳期禁用的成分（如咖啡因、伪麻黄碱），所以尽量选择针对单一症状的药物，比如仅退热就选对乙酰氨基酚。二是用药前一定要仔细阅读说明书，主动告知医生自己处于孕期或哺乳期。买药时告知药师“怀孕多少周”或“正在哺乳”，用药前认真阅读说明书“孕妇及哺乳期妇女用药”章节，如果没有明确的安全提示，务必咨询产科医生。

孕期和哺乳期，妈妈用药得万分小心。感冒时，别盲目硬扛，也别自行乱用药。轻微症状可多喝水、多休息、吃新鲜水果补维C来缓解。若症状严重或一直不好，务必及时就医，告知医生自身特殊时期，医生会权衡利弊给出安全方案。愿每位妈妈都能顺利度过，与宝宝健康相伴！😊