

妊娠期安全用药须知

文 / 安塞区妇幼保健院 宋爱英



妊娠期作为女性生命中一个极为特殊的阶段，不仅关乎孕妇自身的健康，还会直接影响胎儿的生长发育。因此，孕妇在妊娠期内若需使用药物，必须格外谨慎。本文将详细介绍妊娠期药物使用的相关知识，包括安全用药的原则、应避免使用的药物以及替代治疗方法，旨在帮助孕妇科学、安全地度过这一特殊时期。

一、常见的妊娠期药物使用误区

妊娠期是一个特殊的生理时期，孕妇用药需格外谨慎，以防对胎儿造成不良影响。然而，在实际生活中，孕妇在药物使用方面仍存在一些误区。以下为您详细介绍常见的妊娠期药物使用误区。

误区1: 强忍病痛不用药

许多孕妇在妊娠期间出现感冒、腹泻等常见病症时，因担心药物可能对胎儿产生不良影响而选择强忍病痛，拒绝用药。但是，这种看似负责任的做法实际上隐藏着巨大的风险。因为疾病若得不到及时有效的治疗，原本的小病很可能逐渐恶化，发展成更严重的疾病，这不仅会对孕妇自身安全造成极大的威胁，更可能影响胎儿的健康。

误区2: 不问医生自行用药

孕妇的身体状况与普通人不同，她们不仅要关注自身的健康，还要时刻关注胎儿的安全。如果自行用药，很可能对胎儿造成不良影响。因此，孕妇在生病需要用药时，应咨询医生并在医生的指导下用药。特别是在有多种药物可供选择的情况下，应尽量选择在临床上使用时间较长、相对安全、对胎儿影响较小的药物。

误区3: 感冒时随便用药

孕期感冒用药需格外谨慎。市售感冒药多为复方制剂，如氨咖黄敏胶囊、氯芬黄敏片等，这些药物常含有抗组胺成分，可能影响胎儿发育，特别是怀孕的前4周内不宜服用。同时，如果孕妇感冒且没有明显的细菌感染证据，也不宜随意使用抗菌药物，以免破坏孕妇体内的菌群平衡，增加药物耐药性风险。因此，孕妇在感冒时应特别注意用药安全，务必在医生或药师的指导下用药，并仔细阅读药品说明书，了解药物成分和用药禁忌，以确保用药安全有效。

误区4: 忽视中药的毒副作用

并非所有中药都适合孕妇。在怀孕的前3个月内，

孕妇应慎用大毒大热、活血化瘀、滑利攻下、芳香走窜类中药，如蜈蚣、麝香、丁香、当归、朱砂、枳实、薏苡仁、益母草等。

误区5: 忽视药物剂量和疗程

过量用药或长期用药可能对胎儿产生不良影响，严重时甚至可能导致胎儿发育畸形或流产等后果。因此，孕妇在使用药物时，必须严格遵循医生的建议，不得擅自增减剂量或延长用药时间。

二、适合妊娠期使用的药物

1. 维生素B₁₂

维生素B₁₂对于治疗孕妇巨幼红细胞贫血效果显著。但是，不宜长期大量使用维生素B₁₂，否则可能导致神经炎或周围神经炎等疾病。

2. 维生素B₆

维生素B₆是日常生活中较为常用的维生素类药物，可以缓解妊娠期恶心症状，改善食欲。

3. 叶酸

叶酸适用于巨幼红细胞贫血及因叶酸缺乏导致的疾病。对孕妇而言，怀孕后进行叶酸代谢检查十分重要，尤其对于有自然流产史、不良孕产史，或存在胎儿生长受限等情况的孕妇。同时，应根据叶酸代谢情况，口服不同剂量的叶酸。服用0.4 mg叶酸可以预防胎儿先天性神经管畸形和唇腭裂的发生。不过，孕妇口服叶酸后，应定期监测血液中的叶酸含量，以确保叶酸值处于正常范围内。

4. 维生素D

维生素D有利于钙的吸收，可用于防治佝偻病。但维生素D不能与抗惊厥药物同时使用，因为二者会相互影响。

5. 维生素E

维生素E具有抗衰老和保护皮肤的功效，还能增强卵巢功能，防止习惯性流产。

6. 泛酸钙

泛酸钙能参与体内辅酶A的合成，促进糖、蛋白质、脂肪代谢，有利于改善孕期营养状况。

此外，根据美国食品药品监督管理局（FDA）制定的标准，孕期用药分为A、B、C、D、X五级，其中A级和B级药物对孕妇和胎儿相对安全。例如，A级药物包括

适量的维生素A、B族维生素、维生素C、维生素D、维生素E等；B级药物包括青霉素、红霉素、地高辛、胰岛素等。但请注意：上述提及的所有药物均应在医生指导下使用，以确保治疗安全有效。

三、妊娠期应避免使用的药物

1. 抗菌药物

抗菌药物在妊娠期使用时需谨慎，部分药物可能对胎儿产生不良影响。例如，左氧氟沙星、环丙沙星等喹诺酮类药物，可能会影响胎儿的骨骼和神经系统发育，甚至导致胎儿畸形。

2. 镇静催眠类药物

镇静催眠类药物在妊娠期使用时同样需谨慎。例如，地西洋、艾司唑仑等苯二氮草类药物，可能会影响胎儿的神经系统；氯丙嗪等其他抗精神病药物，也可能对胎儿的神经系统发育造成不良影响。

3. 激素类药物

激素类药物在妊娠期使用时也需谨慎。例如，泼尼松、地塞米松等糖皮质激素类药物，可能影响胎儿的生长发育。

4. 抗凝药物

抗凝药物在妊娠期使用时需特别小心，可能导致胎儿出血性疾病或动脉导管过早关闭等问题。例如，华法林可能会导致孕妇出现自然流产、胚胎停育、早产和胎儿畸形等情况，还可能引起胎儿和新生儿颅内出血。

5. 抗癌药物

抗癌药物通常具有细胞毒性，可能对胎儿产生严重的致畸作用。例如，常见的化疗药物虽然能够干扰癌细胞的正常生长和分裂，但也可能对胎儿的正常发育产生不良影响；吉非替尼片、盐酸埃克替尼片等靶向治疗药物，虽然能够作用于肿瘤细胞表面或内部的特定靶点，杀死癌细胞或抑制肿瘤细胞增殖，但同样可能对胎儿产生不良影响。

除了上述药物，还有一些其他药物在妊娠期也应避免使用，例如口服避孕药以及部分中草药和中成药等。

四、能替代妊娠期药物使用的其他治疗方法

在妊娠期间，药物的使用需要格外谨慎。因此，



寻找能替代妊娠期药物使用的其他治疗方法也十分重要。以下是一些可以考虑的替代治疗方法。

1.改善饮食

孕期应调整饮食结构,合理搭配各种食物,增加营养物质的摄入。多摄入富含蛋白质、维生素、矿物质等关键营养素的食物,如瘦肉、鱼类、蔬菜和水果等,为胎儿提供充足的营养支持,促进其生长发育。

2.充分休息

孕妇在怀孕期间容易感到疲劳和不适。此时,应调整作息時間,保证充足的睡眠,并在白天适当休息,避免长时间站立或久坐,以确保身体得到充分休息,促进胎儿发育。

3.适当运动

在医生的建议下,孕妇可以进行适当的运动,如散步、做瑜伽等。这些运动不仅可以促进血液循环,缓解身体的不适感,还有助于保持身体健康,增强免疫力。

4.食用天然食物

除了药物治疗,孕妇还可以通过食用一些具有药用价值的天然食物来缓解妊娠期的不适。例如,蜂蜜含有多种营养成分,能够用于治疗喉咙痛和咳嗽,缓解喉咙不适;生姜则具有温中散寒、止呕解毒的功效,可以通过泡茶或熬汤的方式食用,缓解恶心和呕吐;柠檬富含维生素C和矿物质,具有清热解毒、生津止渴的作

用,能够帮助孕妇缓解妊娠期的不适。

5.中医针灸和推拿

针灸和推拿等物理治疗方法也可以用于缓解孕期的常见疼痛和不适,但是必须在中医师的指导下进行。这些治疗方法具有副作用小、效果较好的特点,尤其适合希望在孕期避免使用药物的准妈妈。针灸能够有效调节人体的气血平衡,帮助孕妇缓解孕期常见的腰痛、头痛等问题;推拿则能够通过按摩身体的特定穴位和经络,帮助孕妇放松肌肉并缓解疲劳。

6.情绪管理与家庭支持

在妊娠期间,孕妇还可能会面临各种生理和情绪上的挑战。孕妇可以通过专业的心理咨询或学习情绪管理技巧来有效缓解负面情绪,增强自我调节能力,提高心理健康水平,为未来的育儿生活打下坚实的基础。此外,家庭成员的理解和支持也是孕妇心理健康的重要保障。怀孕期间,孕妇需要更多的关爱和陪伴,家人的理解 and 鼓励能够帮助她们更好地应对各种挑战。家人应积极倾听孕妇需求,共同参与孕期健康管理,为她们提供全方位的支持。

总之,孕妇应遵循医生的指导,在特定情况下合理使用药物,保护自己的健康,也为胎儿的健康成长创造良好的环境。**药物与人**