

# 5 大须知

## 关于在妊娠期或哺乳期吸食大麻的 5 大须知

对于新手妈妈来说，妊娠和哺乳即是美好的时刻，也是学习许多新知识的期间。每一位妈妈的经验都有所不同。对于吸食大麻，新手妈妈应该知道下面五点。

1



有一些更安全的方法可以帮助缓解孕期的不适。

晨吐、紧张、疼痛和恶心都会导致不适。如果您有上述任何症状，有一些方法可以帮助您即能缓解，又不会伤害到宝宝。您可以与您的家庭医生沟通，寻找更安全的替代方案。

2



大麻中让您感到“嗨”的化学物质会传递给宝宝。

大麻所含的活性成分 THC 可以通过妊娠和哺乳传递给宝宝。THC 会导致宝宝的哺乳、注意力和学习能力出现问题。有些影响可能在宝宝长大后才会显现。

3



在家中吸食和存储大麻有多种风险。

由于吸食产生的烟雾会蔓延并且经久不散，所以您应该仅在室外吸食，并在吸食后洗手、换洗衣服，保护孩子远离二手烟。如果您家中有大麻制品，请务必将它们收好，放在孩子无法触及的地方。

4



大麻会影响您保护宝宝的能力。

大麻会损害您的判断力、警觉性和反应敏捷性。而对于安全驾驶和照顾宝宝而言，这些技能是必不可少的。

5



“天然”并不意味着安全无害。

大麻会对您和宝宝带来健康风险。不能仅仅因为大麻是一种植物，并不意味着可在妊娠期或哺乳期安全无害地吸食。

如欲索取本文件的其他版本格式，请致电 1-800-525-0127。耳聋或听力困难人士，请拨 711 (Washington Relay) 或发送电子邮件至 [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov)。