



ИНФОРМАТИВНИ ЛИСТ О ТРУДНОЋИ И ПОРОЂАЈУ: МАЈ 2002

Травни препарати у трудноћи

Травни препарати се користе вековима у многим земљама за безброј разних болести. У Аустралији, травне препарате препоручују и преписују све чешће натуропати, хомеопати, травари и други лекари.

Намера ове брошуре је да служи само као приручник, а информације су базиране на садашње знање о травним препаратима и њиховом дејству.

У свим случајевима, пацијентима се препоручује да траже савет ако размишљају о томе да користе било који травни препарат током трудноће или дојења.

Royal Women's Hospital Drug Information Centre не препоручује употребу травних препарата током трудноће или дојења, због мањкања доказа о томе да ли су безбедни. Ако вам се препоручи травни препарат, а трудни сте или дојите, важно је да питате особу која преписује препарат о томе да ли је безбедан за вас и вашу бебу.

Травни препарати се требају избегавати кад год је могуће током првог тромесечја ваше трудноће. Међутим, неки травни производи могу да се користе после првог тромесечја. Консултујте се са особом која је препоручила препарат о додатним информацијама.

Разлози за опрез

- Већина травних и хомеопатских препарата није испитана како би се утврдило да ли су безбедни током трудноће и дојења.
- Травни препарати су често врло скупи, а ефикасност многих препарата није научно доказана.
- Ни један препарат не може да замени добру исхрану, одговарајуће вежбање и довољно сна.
- Нема доказа да су травни препарати безбедна и ефикасна замена за лекове које преписује ваш лекар.



ИНФОРМАТИВНИ ЛИСТ О ТРУДНОЋИ И ПОРОЂАЈУ: МАЈ 2002

Травни препарати у трудноћи

Када и шта избегавати

Током првих 12 недеља и последњих 12 недеља трудноће избегавате све травне препарате.

- Ако сте некад били у опасности да побаците или сте стварно имали побачај.
- Ако имате историју тешког зачећа.
- Ако имате трбушне болове.
- Ако имате болове у доњем делу леђа.

Такође треба да избегавате

- Траве које делују као лаксатив
- Траве које имају стимулативан утицај на материцу
- Траве које поспешују менструацију

Списак трава које треба да избегавате је врло опсежан. Доле су наведени неки примери:

| | | |
|--|--|---|
| Pennyroyal (горска нана) | Mugwort (врста дивљеог пелина) | Bryonia (куковина) |
| Angelica (анђелика) | Sage (кадуља/жалфија - у великим количинама) | Golden Seal (врста љутића) |
| Senna (лаксатив) | Origanum Oil (уље од дивљеог мајорана) | Male fern (папрат) |
| Feverfew (калопер) | Mistletoe (имела) | Parsley (першун - у медицинским дозама) |
| Liquorice (слатки корен - у појединим случајевима) | Kelp (келп/алге) | Rue (рутвица) |
| Kombucha tea (комбуча чај) | Juniper (боровница) | Southerwood (мирисни пелин) |
| Dong Quai | Aloes (алоје) | Autumn crocus (мразовац) |
| Ginkgo Biloba (гинко билоба) | Blue or black cohosh (плати или црни кохош) | Wormwood (пелин) |
| Nutmeg (мускат-орашчић – у великим дозама) | Irish Moss (врста пурпурне алге) | Buckthorn (крковина) |
| Echinacea | Tansy (повратић) | Roe (икра) |
| Broom (жутиловка) | Thuja (врста четинара) | Peppermint (мента – у великим дозама) |
| Mandrake (мандрагора) | Barberry (жутика) | Blackroot (лаксатив) |

Витамини и минерали које треба избегавати

Витамин А (Ретинол)

Витамин Ц (у дозама већим од 1000мг дневно)

A Royal Women's Hospital Well Women's Publication



ИНФОРМАТИВНИ ЛИСТ О ТРУДНОЋИ И ПОРОЂАЈУ: МАЈ 2002

Травни препарати у трудноћи

**Пре него што почнете да користите травне препарате,
контактирајте свог натуропата, хомеопата или травара.**

The Royal Women's Hospital Drug Information Centre

Радно време: 9 ујутро – 5 поподне од понедељка до петка

Телефон: (03) 8345 3045

Електронска пошта: drug.information@thewomens.org.au

После радног времена: телефонска секретарица

Факс: