



TỜ THÔNG TIN VỀ THAI NGHÉN VÀ SANH ĐẸ: THÁNG NĂM 2002

## Dùng dược thảo khi mang thai

Từ nhiều thế kỷ nay các loại dược thảo đã được dùng tại nhiều nước trên thế giới để chữa nhiều chứng bệnh. Tại Úc, thường các thầy trị bệnh theo phép tự nhiên (naturopath), phép vi lượng đồng căn (homoepath), các thầy thuốc và những y sĩ khác hay cho bệnh nhân dùng những loại dược thảo này.

Tờ thông tin này chỉ có dụng ý hướng dẫn, và những thông tin bao gồm trong đây dựa vào những kiến thức hiện có về các dược thảo và tác dụng của chúng.

Trong tất cả mọi trường hợp, bệnh nhân nên hỏi ý kiến bác sĩ nếu dự định dùng bất cứ loại dược thảo nào trong thời kỳ mang thai hay khi nuôi con bằng sữa mẹ.

The Royal Women's Hospital Drug Information Centre (Trung tâm Thông tin Dược phẩm của Bệnh viện Phụ Nữ) không ủng hộ việc dùng các dược thảo trong khi mang thai hay khi nuôi con bằng sữa mẹ, do thiếu thông tin được ghi chép rõ ràng về sự an toàn của những loại dược thảo này. Nếu có người khuyên chị nên dùng dược thảo, và chị đang mang thai hay đang nuôi con bằng sữa mẹ, điều quan trọng là chị hãy hỏi thầy thuốc cho những toa thuốc ấy về sự an toàn của chúng đối với chị và cháu bé.

Trong ba tháng đầu khi có thai, chị nên tránh dùng dược thảo khi nào có thể. Tuy nhiên, sau thời gian ba tháng đầu, chị có thể sử dụng một số loại dược thảo. Xin hỏi ý kiến thầy thuốc để biết thêm chi tiết.

### Lý do chị nên cẩn thận khi dùng dược thảo

- Đa số thuốc bào chế từ cây thuốc hay bào chế theo phép vi lượng đồng căn (homoepathy) đã không được thử nghiệm để xác định sự an toàn của chúng đối với người mẹ trong khi mang thai hay khi cho con bú sữa mẹ.
- Dược thảo thường là đắt tiền, và đa số các loại thuốc này có thể đã không được khoa học chứng minh là có hiệu quả.
- Không có thứ thuốc nào có thể thay thế việc ăn uống bổ dưỡng, vận động và ngủ đầy đủ.
- Không có bằng chứng nào cho thấy các loại dược thảo chữa bệnh an toàn và có hiệu quả và có thể thay thế cho thuốc Tây theo toa bác sĩ.

# A Royal Women's Hospital Well Women's Publication



TỜ THÔNG TIN VỀ THAI NGHÉN VÀ SANH ĐẼ: THÁNG NĂM 2002

Dùng dược thảo khi mang thai

## Tránh dùng dược thảo loại nào, khi nào

Trong thời gian 12 tuần đầu và 12 tuần cuối khi mang thai, chị hãy tránh dùng tất cả mọi thứ dược thảo.

- Nếu bệnh sử của chị cho thấy chị có cơ nguy bị hư thai hay đã từng bị hư thai.
- Nếu bệnh sử của chị cho thấy chị khó thụ thai.
- Nếu chị bị đau bụng.
- Nếu chị bị đau phần lưng dưới.

### Chị cũng nên tránh

- Dùng dược thảo có tác dụng như thuốc xổ.
- Các dược thảo gây kích thích tử cung.
- Các dược thảo có tác dụng làm cho có kinh nguyệt.

Có rất nhiều loại dược thảo chị không nên dùng. Thí dụ như những loại sau đây:

Pennyroyal (bạc hà hăng)	Mugwort (cúc cuống trắng)	Bryonia (cây nhăng)
Angelica ( bạch chỉ)	Sage (cây xô thơm dùng nhiều lượng)	Golden Seal
Senna (keo lá nhọn)	Dầu Origanum (canh giới dại)	Male fern (dương xỉ đực)
Feverfew (cúc)	Mistletoe (tầm gửi)	Rau mùi tây theo lượng thuốc
Cam thảo (trong một số trường hợp)	Kelp (tảo bẹ)	Rue (cửu lý hương)
Trà Kombucha	Juniper(cây cối)	Southerwood (ngải bụi)
Dong Quai	Aloes (lô hội)	Autumn crocus(nghe tây chín vào mùa thu)
Ginkgo có hai thùy	Cohosh (cây thuốc Bắc Mỹ màu xanh hay đen)	Wormwood (ngải tây)
Nutmeg (nhục đậu khấu) dùng liều lượng cao	Irish Moss (rêu Irish)	Buckthorn (quả mọng đen)
Echinacea (giống cúc Bắc Mỹ)	Tansy (cúc ngải)	Roe (trứng cá)
Broom (Đậu chối)	Thuja (Tùng bách)	Bạc hà cay (Peppermint) dùng liều lượng cao
Mandrake (ớt mã)	Barberry (hoàng liên gai)	Blackroot (cây thuốc Blackroot)

### Các loại vitamin và khoáng chất nên tránh

Vitamin A (Retinol)

Vitamin C (nếu dùng quá 1000mg mỗi ngày)

# A Royal Women's Hospital Well Women's Publication



Trước khi dùng dược thảo trong khi đang mang thai chị hãy liên lạc với thầy thuốc chữa bệnh dùng phương pháp tự nhiên (naturopath), thầy chữa bệnh dùng phương pháp vi lượng đồng căn (homoeopath) hay thầy chữa bệnh bằng dược thảo.

The Royal Women's Hospital Drug Information Centre  
(Trung tâm Thông tin Dược phẩm của Bệnh viện Phụ Nữ)

Giờ làm việc: từ 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều Thứ Hai đến Thứ Sáu Điện thoại: (03) 9344 2277

Email: [rwhdrug@cryptic.rch.unimelb.edu.au](mailto:rwhdrug@cryptic.rch.unimelb.edu.au) Sau giờ làm việc: xin nhắn vào máy nhắn Fax: (03) 9349 2756