



## Codeine and Breastfeeding

You may be using a medicine for pain that contains codeine (such as Tylenol #3). Because you are breastfeeding, it is important to know that:

- Many medicines pass into breast milk in **small** amounts. Two of these medicines are codeine and morphine.
- Your body changes some of the codeine you take into morphine.
- A **very small** number of people change more codeine to morphine than others.
- Higher levels of morphine in your body may increase the amount in your breast milk. These amounts may cause unwanted effects in some babies.
- High doses and/or long term use of codeine raises the risk that your baby may get too much of the medicine you take.
- Occasional short-term use of codeine by you **may** be safer for your baby; however some babies may have unwanted effects from small doses of codeine.
- If you are taking codeine, you should watch your baby for the following unwanted effects:
  - Baby is more sleepy than normal (sleeps longer than 4 hours)
  - Baby is difficult to wake up
  - Baby does not breastfeed well (normal is every 2 to 3 hours)
  - Baby is having problems breathing
  - Baby is limp

If any of the above happens, contact your doctor or go to the emergency department. Tell the doctor that you are taking codeine and that you are breastfeeding.

## La codéine et l'allaitement maternel

Il se peut que vous utilisiez un médicament contre la douleur qui contient de la codéine (comme Tylenol n° 3). Puisque vous allaitez, il est important que vous sachiez que :

- de nombreux médicaments se retrouvent dans le lait maternel en **petites** quantités, notamment la codéine et la morphine;
- l'organisme transforme une partie de la codéine en morphine;
- un nombre **très restreint** de personnes transforment la codéine en morphine en plus grande quantité;
- un taux élevé de morphine dans l'organisme peut augmenter la quantité qui se retrouve également dans le lait maternel, ce qui peut causer des effets indésirables chez certains bébés;
- une dose élevée ou une utilisation à long terme de codéine augmente le risque que votre bébé reçoive une trop grande quantité du médicament que vous prenez;
- une utilisation occasionnelle à court terme **peut** être plus sécuritaire pour votre bébé; cependant, certains bébés ont des effets indésirables même avec une petite dose de codéine;
- si vous prenez de la codéine, vous devez être attentive aux effets indésirables suivants :
  - le bébé est plus somnolent que d'habitude (dort plus que 4 heures);
  - le bébé est difficile à réveiller;
  - il est difficile d'allaiter le bébé (normalement toutes les 2 à 3 heures);
  - le bébé a de la difficulté à respirer;
  - le bébé est mou.

Si l'un de ces effets indésirables se produit, communiquez avec votre médecin ou allez au service des urgences. Mentionnez au médecin que vous prenez de la codéine et que vous allaitez.

You should also lower the amount of codeine and morphine in your breast milk by:

- Taking the lowest amount of codeine you need to relieve pain and for the shortest time possible
- Taking codeine (and all medicines) right after breastfeeding to decrease the amount in your breast milk when you breastfeed next
- Switching to other pain medicines such as acetaminophen (Tylenol) or ibuprofen (Advil) when your pain gets better. Both medicines do not contain codeine and are safe during breastfeeding.

Reference:

Health Sciences Centre Winnipeg, Codeine and Breastfeeding Handout, June 2009

Vous devez également diminuer la quantité de codéine et de morphine dans votre lait maternel en prenant :

- la plus petite dose de codéine nécessaire pour soulager votre douleur, et ce, le moins longtemps possible;
- la codéine (et tous les autres médicaments) tout de suite après l'allaitement, afin de diminuer la quantité de codéine dans votre lait maternel au prochain allaitement;
- un autre médicament contre la douleur comme l'acétaminophène (Tylenol) ou l'ibuprofène (Advil) lorsque vous ressentez moins de douleur. Ces deux médicaments ne contiennent pas de codéine et sont donc sécuritaires pour le nourrisson.

*Référence :*

*Centre des sciences de la santé de Winnipeg, document d'information sur la codéine et l'allaitement, juin 2009*

Call your Public Health Nurse, Midwife or the Breastfeeding Hotline at 1-888-315-9257 if you have questions or need further information.

Si vous avez des questions ou besoin de plus de renseignements, communiquez avec le personnel de la santé publique ou votre sage-femme, ou composez le numéro d'assistance téléphonique en matière d'allaitement :  
1 888 315-9257.