

懷孕期間飲酒及使用其他藥物

倘若您已經懷孕或計劃懷孕，最安全之選擇是滴酒不沾。懷孕期間飲酒會使寶寶面臨罹患胎兒酒精譜系障礙（Fetal Alcohol Spectrum Disorder，亦稱 FASD）之風險。FASD 是一個籠統的術語，用於描述產前飲酒所引致之各種殘障，是兒童發育障礙的主要已知病因，並包括終身的身體、學習及行為障礙。

與懷孕期間飲酒相似，於懷孕或哺乳期間服用藥物亦可能對寶寶有害。其中包括違禁藥物，但也可能包括濫用處方藥或非處方藥。

倘需 FASD、懷孕或哺乳期間飲酒及使用其他藥物（物質使用）以及如何尋求幫助之更多資訊，請瀏覽下列資源和網站。

胎兒酒精譜系障礙 (FASD)

倘需 FASD 及其影響寶寶健康之資訊，請參閱：

- [胎兒酒精譜系障礙 \(HealthLinkBC File #38e\)](#)
- [加拿大公共衛生署：胎兒酒精譜系障礙](#)
- [兒童與家庭發展部：關於胎兒酒精譜系障礙](#)
- [加拿大衛生部：胎兒酒精譜系障礙 \(FASD\)](#)

懷孕期間之物質使用

倘需懷孕期間飲酒及使用其他藥物的更多資訊，請瀏覽：

- [懷孕和飲酒 \(HealthLinkBC File #38d\)](#)

哺乳期間之物質使用

倘需哺乳及物質使用的資源，請瀏覽：

- [哺乳 \(HealthLinkBC File #70\)](#)

支援與諮詢

個人、家庭及小組諮詢適用於直接或間接受酒精及其他藥物影響之所有年齡段人群。您可致電 24 小時 BC 酒精與藥物資訊及轉介服務部 (BC Alcohol and Drug Information and Referral Service)，電話 604-660-9382 或免費電話 1-800-663-1441。倘需心理健康及物質使用之資訊，請瀏覽：

- [HeretoHelp](#)

倘需您所在地區之其他心理健康及物質使用支援，請搜尋 HealthLinkBC 的 FIND 服務與資源目錄。

- [FIND 服務與資源目錄](#)

最後審核日期：2017 年 12 月