

## 紫藥水（龍膽紫）的使用

紫藥水（濃度為 1% 的龍膽紫水溶液）仍舊是治療念珠菌（*Candida albicans*）的最佳選擇。念珠菌是一種真菌，對兒童和成人同樣可能會造成皮膚或黏膜（例如口腔內）的感染。在幼兒身上，這種菌常會在嘴巴內側造成白色斑塊，即為鵝口瘡，或造成尿布疹。當哺乳媽媽的乳頭被念珠菌感染，她可能會感到嚴重的乳頭疼痛與乳房深處的疼痛。**請注意：**1% 的龍膽紫水溶液也同時含有酒精。目前有些藥廠將龍膽紫溶解在甘油中，因此得以免除酒精的使用。

### 念珠菌感染造成的乳頭疼痛

念珠菌感染造成的疼痛，通常與寶寶吸吮位置不對和（或）無效吸吮所造成的疼痛不同。由念珠菌感染造成的疼痛感如下所述：

1. 通常會造成**灼熱感**，而不是像因為其他外力造成的尖銳刺痛感或擠壓觸碰時的疼痛感。然而灼熱疼痛的感覺也可能是其他因素造成的，而念珠菌感染造成的疼痛則不一定會有灼熱感。
2. 通常在整個吸吮過程會持續疼痛，有時還會持續到餵完奶後。而其他因素造成的疼痛，通常是寶寶開始吸吮時最嚴重，但隨著持續寶寶吸奶，疼痛感會逐漸改善。
3. 疼痛感可能會擴散至媽媽的腋下或背部。
4. 媽媽的乳頭或乳暈外觀可能**不會**有改變。但有些媽媽的乳暈可能會變紅、脫皮，或乳暈皮膚變得平滑光亮但乳頭皸裂。
5. 常有經過一段時間哺乳不會痛，之後才開始疼痛，如果有這樣的特徵就可以試著使用治療念珠菌的方式處理。但是，乳頭上出現水泡、濕疹或其他皮膚問題，也可能會造成這種在餵奶後一段時間才出現的疼痛。
6. *可能*與寶寶或媽媽最近使用過抗生素有關，但不是必然的因素。
7. 疼痛感可能會非常嚴重，不一定會覺得癢。
8. 疼痛感可能只發生在一側的乳房，或一側的乳頭。
9. 疼痛感可能只發生在乳房。這種疼痛的感覺常被形容為“抽痛”或是“灼熱”，在哺餵結束後通常會更加劇烈，且患者通常反映：夜晚時狀況會更糟。但乳房外觀或感覺上也可能沒有異常。這不是乳腺炎，因此沒有理由使用抗生素來治療。相反的，抗生素可能會讓問題更加嚴重。

### 請注意：

1. 寶寶的口腔中**不是一定**都會發生鵝口瘡。
2. 乳頭被念珠菌感染可能也會合併其他因素造成的疼痛。

### 紫藥水的使用方式

我們相信，紫藥水（與多用途乳頭軟膏合併使用，請見單張#3b *乳頭和乳房疼痛的處理*）是用來治療哺乳媽媽因念珠菌感染所引起乳頭疼痛的最佳選擇。因為它通常有效，並能迅速緩解疼痛。使用紫藥水很麻煩，而且會染到衣服（事實上顏色是可以洗得掉的），但不會染到皮膚。寶寶的嘴唇會變成紫色，但幾天之後紫色就會消失了。紫藥水不需要處方就可以取得，但不是每一家藥局都買得到，事先詢問清楚再出門。

1. 大約 10 毫升（兩茶匙）的紫藥水，就**遠超過**整個療程的需要量。

2. 很多媽媽喜歡在睡前擦紫藥水，因為此時可以讓乳頭裸露，而不需要擔心染到衣服。寶寶只包尿布，媽媽腰部以上不能有衣物遮蓋。**紫藥水會弄髒衣服。**
3. 將棉花棒浸入紫藥水中。
4. 將沾有藥水的棉花棒一端伸入寶寶的口腔中，讓寶寶吸吮棉花棒持續數秒鐘。通常紫藥水會很迅速的散佈於口腔中。若沒有暈散開來，用棉花棒將紫藥水塗佈在寶寶的口腔中，盡可能的塗滿整個口腔內側和舌頭上。
5. 哺餵寶寶，如此一來，寶寶的口腔和您的乳頭同時得到治療。
6. 若餵完寶寶之後，寶寶的嘴唇和兩個乳頭都變成紫色，那麼您無須再做任何處置。若只有一個乳頭是紫色的，則以棉花棒沾紫藥水擦拭沒有染到顏色的乳頭。如此一來，才是一次完整的治療。
7. 重複擦拭紫藥水 3 至 4 天，最多一週（請見單張**念珠菌的處理指引**了解紫藥水的使用時間）。
8. 通常在第一次擦藥的數小時之內，疼痛感就會有一些緩解，而在第三天就會消失或幾乎消失。如果疼痛沒有改善，那就可能不是念珠菌感染，雖然看起來像是念珠菌開始對紫藥水產生抗藥性，如同對其他的抗真菌藥物一樣。當然，可能有其他造成乳頭疼痛的因素存在，但治療三天後，由念珠菌所引起的疼痛感就應該消失了。然而若在治療三至四天後，您的疼痛感是幾乎消失而非完全消失的狀況，必要時，可以繼續使用紫藥水治療數天。
9. 在治療期間，所有寶寶使用的奶嘴，應該每天都用沸水煮過，或以紫藥水泡過，並考慮停止使用奶嘴。
10. **若只有寶寶口腔中出現鵝口瘡，而無其他不適，並不需要治療。**當媽媽和（或）寶寶感到不舒服時，才需要進行治療。通常鵝口瘡不會造成寶寶的不適。
11. 寶寶可能會因為紫藥水造成口腔內的疼痛，而拒絕媽媽的乳房，但這狀況相當罕見。若寶寶真的拒絕乳房，或是寶寶在哺餵的過程中，表現出對傷口刺激的反應，則必須馬上停止使用紫藥水，並立刻就診。紫藥水造成口腔內的疼痛會在 24 小時之內消失，寶寶又會再回來吸乳。

若再次感染，可以重複上述步驟治療。但若感染第三次，則必須找出感染源。感染源可能是媽媽本身，也許媽媽是黴菌的帶原者（但身體其他部位可能不會有感染的症狀），或是寶寶用的奶嘴。（請見講義**念珠菌的處理指引**）。

問題？請電 (416)813-5757(選項 3) 或寄電子郵件到 [drjacknewman@sympatico.ca](mailto:drjacknewman@sympatico.ca) 或參考我的書 Dr. Jack Newman's Guide to Breastfeeding (在美國書名是 The Ultimate Breastfeeding Book of Answers)

請看網站[www.thebirthden.com/Newman.html](http://www.thebirthden.com/Newman.html) 上有關如何讓寶寶含乳、如何知道寶寶有吃到奶水、如何擠壓乳房、如何使用哺乳輔助器的影片，並參考其他母乳的資訊。

單張 #6 紫藥水的使用 2005 年一月修訂  
傑克·紐曼醫師 撰寫  
黃秀雯 翻譯 2005 年 4 月

只要不違反世界衛生組織國際母乳代用品銷售守則，  
此單張不須經由同意即可複印使用