



Women's Health Center
225 S. Union Blvd. 2nd floor

Form # MED128 sp
 Form Date: 12/04/18

Medicamentos Para el Embarazo y Lactancia Materna
Toma de acuerdo con la etiqueta del paquete y las instrucciones

Problema	Medicamentos de Venta Libre Nombre de marca (Nombre genérico)	Otras medidas
Alergias	Benadryl (Diphenhydramine), Claritin (Loratadine), Zyrtec (Cetirizine)	Evite las cosas que empeoran los síntomas.
Dolor de espalda	Tylenol (acetaminofeno) regular o extra (no más de 400 mg en total en 24 horas) No tome Motrin (Ibuprofeno), Aleve (Naproxeno) o Aspirina a menos que se lo indique el proveedor.	Calor o frío, masaje, cinturón de maternidad (apoyo para la espalda), zapatos con soporte para el arco, limitar el levantamiento, dormir de lado con almohadas entre las piernas.
Hinchazón / gas	Gas x (simeticona)	Evite los alimentos que empeoren los síntomas.
Estreñimiento	Colace - Suavizante de heces, Metamucil, Fibercon, Citrucel, Konsyl (fibra), Leche de magnesia, Senokot - laxante, Dulcolax - laxante, Flotas enema.	Aumente la ingesta de líquidos (2-3 cuartos por día). Ciruelas pasas o jugo de ciruelas al día. Aumente la fibra en la dieta (frutas y verduras crudas) y coma granos enteros. Hacer ejercicio regularmente.
Tos	Robitussin DM, Delsym (Dextromethorphan), pastillas para la garganta / gotas para la tos (sin alcohol). No exceda de 1 semana de uso.	Vaporizador / humidificador. Tomar té con miel y limón (sin cafeína).
Diarrea	Imodium AD (No tome Kaopectate o Pepto-Bismol) * generalmente es mejor dejar que siga su curso	Dieta líquida clara por 24-48 horas. Dieta BRAT: plátano, arroz, compota de manzana, pan tostado. Aumentar la ingesta de agua.
Fiebre (más de 100.4F)	Tylenol (Acetaminofeno)	Enfriar compresas. Aumentar la ingesta de agua.
Dolor de cabeza	Tylenol (Acetaminofeno)	Reduzca el estrés, descanse, aumente la ingesta de líquidos y coma comidas pequeñas y frecuentes.
Acidez / Indigestión	Tums, Rolaids, Maalox, Mylanta, Tagament HB (Cimetidine), Zantac (Ranitidine), Pepcid AC (Famotidine)	Coma comidas pequeñas y frecuentes y disminuya la ingesta de grasas. Elevar la cabeza al acostarse. Tome leche entre comidas y espere a acostarse después de comer.

Problema	Medicamentos de Venta Libre Nombre de marca (Nombre genérico)	Otras medidas
Hemorroides	Preparación H, Anusol HC, Tucks Pads	Evitar el estreñimiento y el esfuerzo. Paquetes de hielo, baño de asiento.
Insomnio	Benadryl (difenhidramina), Tylenol PM (paracetamol y difenhidramina), Unisom (succinato de doxilamina), B6 50 mg	Baño caliente antes de acostarse. Leche caliente antes de acostarse. Ejercicio diario y evitar la cafeína.
Calambres en las piernas	1000 mg de calcio a la hora de acostarse, Citrato de magnesio (150-300 ml / día o 150 ml 2 veces al día)	Evite señalar los dedos de los pies. Flexione el pie y elévelo cuando se produzcan calambres. Aumente el fluido / agua. Tome una ducha o baño caliente.
Dolor de ligamento	Tylenol (Acetaminofeno)	Avoid twisting and fast movements. Use a maternity belt.
Congestión y presión nasal	Ocean Spray (Saline), Vicks (Mentholatum), Sudafed, Actifed (Pseudoephedrine) No use las primeras 12 semanas de embarazo o durante la lactancia.	Vaporizador / humidificador.
Náuseas y vómitos (náuseas matutinas)	Unisom (succinato de doxilamina) 1/2 lengüeta en a.m., 1 lengüeta en p.m. Vitamina B6: 50 mg 3 veces al día. Tiempos, Roloids, Raíz De Jengibre.	Bebe gaseosa de jengibre. Té de menta o caramelos. Coma tostadas o galletas antes de levantarse de la cama, use bandas de mar (acupresión).
Dolor de garganta	Tylenol (Acetaminofeno), pastillas para la garganta	Gárgolas de sal caliente. Aumentar la ingesta de líquidos.
Hinchazón	Vitamina B6: 50-100 mg por día.	Zumo de limón, sandía, fresas. Aumentar la ingesta de agua (2-3 cuartos por día). Disminuir la ingesta de sal. Medias de nylon / medias de compresión.

Por favor, llámenos si alguno de los problemas anteriores es grave o si continúa a pesar del tratamiento. (719) 632-5700.