

Las INSTRUCCIONES del EMBARAZO MANTIENEN POR FAVOR EN el REFRIGERADOR PARA SU CONVENIENCIA SIEMPRE. LISTO SEAN ABAJO las MEDICINAS Y los ALIMENTOS QUE ESTAN A SALVO PARA SU USO DURANTE el EMBARAZO. La NAUSEA Seca el Brindis (Tostada delgada) Sorbos de Galletas de Galletas Lorna Doone de los líquidos que contienen azúcar: El descafeinado o las bebidas de la Kool-Ayuda del té de hierbas Gatorade Gingerale Carbonated son desalentados - si usted prefiere ellos, permítalos sentarse y "aplastar" Evita leche y productos lácteos. Evite alimentos grasiento/grasientos. Evite alimento-manzanas ácidas, las naranjas, los tomates, el zumo de limón, etc. Coma polos, hielos de italiano, y pequeñas comidas frecuentes. Los DOLORS DE CABEZA de ACIDEZ Mylanta y Gelcaps Tylenol (la llanura o la fuerza extra) Paracetamol de Riopan Maalox no ADVIL, NUPRIN, MOTRIN, u otro Rolaid IBUPROPHEN, ALEVE Tums se Queda verticales 30 minutos después de comida.

Los cereales del salvado de la Prueba del ESTREÑIMIENTO Colace - (no Salvado de avena) ensaladas de Peri-colace, la espinaca, las ciruelas pasas, el consumo del Aumento de pasas Metamucil de verduras crudas y laxantes-Fibercon de Fibra de fruta, los líquidos del Aumento de Perdiem (agua). Consiga un mínimo de 8-10 vasos por día. SeneKot

La CONGESTION del SENOS/los SINTOMAS QUERIENDO de GRIPE Aumentan la toma líquida. Descanse tanto como posible. Usted puede utilizar Sudafed o Chlortrimeton. Robitussin (la llanura) para toses. Zyrtec, Claritin, Rhinocort, Nasocort, Humedecedor de Flonase o refresca pulverizador de niebla. Rocío de Chloraseptic o pastillas. La vitamina C- 500 mg.

Contacte su Médico Primario del Cuidado o a médico de cabecera si usted tiene una fiebre más que 101 grados F., si usted tiene garganta adolorida severa o si los síntomas persisten durante más de 7-10 días.

La Preparación H de la HEMORROIDES se Mete Anusol el baño superficial Tibio empapa *Si sangrar rectal pesado ocurre, llama por favor nuestra oficina.

Los líquidos del Aumento de la DIARREA - Gatorade, Té de Descafeinado, Pedialyte, Kaolyte la Dieta Suave (pez, el pavo, el pollo) no alimentos picantes ni fritos no fruta ni las verduras no jugos de frutas ni carbonated beben no leche ni los productos lácteos *Si diarrea dura más largo que dos días después de seguir estas instrucciones, llaman por favor nuestra oficina.

EDEMA - sal LIQUIDA de Disminución de RETENCION y aumenta los líquidos y la proteína. Evite a chino, mexicano, y alimentos italianos, mariscos, el queso, alimento de

Deli y todos alimentos procesados. El jugo del arándano y todos melones son diuréticos naturales. Para el edema de pies, eleve las piernas encima de la cintura durante 20 minutos a la vez, varias veces un día. Las pantis del apoyo hicieron especialmente para embarazo puede ayudar.

*Las hemorragias nasales y gumbleeds son comunes en el embarazo debido a cambios hormonales.

*Permanentes y haircoloring no son recomendados - no estudios han sido realizados en los efectos, si cualquiera, éstos tienen en el feto y se quedan polémico.

*Si pintando, pintura de látex de uso sólo.

*Evita todas insecticidas, el bombardeo de pulgas y bicho.

*Evita bebidas alcoholicas.

*No SACCARIN

*Nutrasweet está bien pero ningunos estudios han sido realizados en los efectos, si cualquiera, esto tiene en el feto y se queda polémico.