

## Rezeptfrei erhältliche Medikamente für unsere schwangeren Patientinnen

Liebe werdende Mamas,

Wir haben Ihnen hier eine Liste von Medikamenten zusammengestellt, die Sie bei Beschwerden in der Schwangerschaft auch rezeptfrei in der Apotheke erhalten. Diese Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Wir bitten Sie, sich an die Angaben im Beipackzettel zu halten. Ebenso weisen wir vorsorglich daraufhin, dass die angegebene Tageshöchstdosis der Medikamente nicht überschritten werden darf. Wichtige Informationen zur Medikamenteneinnahme in Schwangerschaft und Stillzeit erhalten Sie auch auf [www.embryotox.de](http://www.embryotox.de).

Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen sehr gerne zur Verfügung.

### Zugelassene Schmerzmittel in der Schwangerschaft:

- Paracetamol (während gesamter Schwangerschaft) bis zu 2 x 500 mg/Tag
- Ibuprofen (**bis zur 28. SSW**) bis zu 2400 mg/d

*Bei Kopfschmerzen empfehlen wir zusätzlich die regelmäßige Einnahme von Magnesium (300 mg/Tag), sowie das Auftragen von Minzöl auf die Stirn.*

### Schwangerschaftsübelkeit:

Gegen die sehr unangenehme und häufig im ersten Schwangerschaftsdrittel am intensivsten ausgeprägte Schwangerschaftsübelkeit helfen folgende Medikamente einzeln und auch in Kombination:

1. Nausema® 3x/Tag
2. Nux Vomica Globuli D 12 5 Stück stündlich
3. Gastrovegetalin® Tropfen bis zu 3x 20°/Tag
4. Vomex N® Tabletten oder Zäpfchen (**Vorsicht: löst starke Müdigkeit aus**)

*Bei anhaltenden Beschwerden bitten wir um Kontaktaufnahme mit der Arztpraxis. Ihre behandelnde Ärztin wird Sie weitergehend beraten.*

### Schnupfen:

Wir empfehlen hier neben einer ausreichend hohen Trinkmenge (mindestens 2,5 Liter/Tag) die handelsüblichen Nasensprays bei Bedarf. Die Einnahme von Sinupret forte® 3x/Tag wird bei verstopften Nasennebenhöhlen zusätzlich empfohlen. Das Anwenden von Meerwassersalz-Nasensprays kann ohne Bedenken jederzeit empfohlen werden.

### Husten:

Auch hier empfehlen wir eine ausreichend hohe Trinkmenge (2,5 Liter/Tag), die üblichen Hustenbonbons können bedenkenlos eingenommen werden. Als Hustenlöser empfiehlt sich ACC® oder Mucosolvan® (jeweils nach Packungsbeilage anwenden), zur Nacht empfehlen wir Hustenstiller wie zum Beispiel Sedotussin.

### Halsschmerzen:

Bei Halsschmerzen empfehlen wir das Lutschen von zum Beispiel Emser Pastillen® oder Islamoos®. Die pflanzlichen Präparate Bronchipret® und Tonsipret® sind vor allem bei Entzündungen im Rachenraum unbedenklich nach Packungsbeilage anzuwenden.

### Ohrenschmerzen:

Bei Ohrenschmerzen empfehlen wir die zeitnahe Kontaktaufnahme zu einem Hals-Nasen-Ohren-Arzt. Vorab ist die Einnahme von Paracetamol oder Ibuprofen hilfreich, Nasenspray sollte bis zu 3x/Tag zusätzlich angewendet werden.

### Heuschnupfen:

Mittel der Wahl ist hier Cetirizin. Die geläufigen Nasenprays und Augentropfen sind unbedenklich anzuwenden.

### Fieber:

Sowohl Paracetamol als auch in geringerer Wirkung Ibuprofen sind fiebersenkend. Bitte beachten Sie die Tageshöchstdosis der Medikamente.

### Sodbrennen:

Sodbrennen ist ein häufiges und unangenehmes Phänomen in der Schwangerschaft. Allgemeinmaßnahmen wie das Einnehmen kleinerer Mahlzeiten, das Trinken von Milch, das sporadische Essen von Mandeln und/oder Haferflocken sind bereits hilfreich. Kautabletten wie Maalox® oder Rennie® können bedenkenlos während der gesamten Schwangerschaft eingenommen werden.

*Ihr Praxisteam der Frauenarztpraxis Scherrenbacher*

