



UW Medicine

Registro de sus medicamentos

Después de dar a luz

Día 1

Puntaje de dolor: 0 = sin dolor, 10 = el peor dolor.

Califique su dolor antes de tomar medicamentos y 1 hora después.

Medicamentos para alivio del dolor	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Acetaminofén (analgésico) 1,000 mg por vía oral cada 6 horas o 650 mg por vía oral cada 4 horas												
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
Ibuprofeno (antiinflamatorio) 600 mg por vía oral cada 6 horas												
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												

Si su médico le recetó opioides: Siempre tome sus analgésicos sin receta primero. Use opioides solo para el dolor que no se alivia con el medicamento sin receta. Si registra su uso de opioides y su puntaje de dolor en el hospital, le ayudará a reducir sus dosis en el hogar.

Opioides Comience con la dosis más pequeña	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Medicamento:												
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
Medicamento:												
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												

Día 2

Puntaje de dolor: 0 = sin dolor, 10 = el peor dolor.

Califique su dolor antes de tomar medicamentos y 1 hora después.

Medicamentos para alivio del dolor	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis
Acetaminofén (analgésico) 1,000 mg por vía oral cada 6 horas o 650 mg por vía oral cada 4 horas												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Ibuprofeno (antiinflamatorio) 600 mg por vía oral cada 6 horas												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después

Si su médico le recetó opioides: Siempre tome sus analgésicos sin receta primero. Use opioides solo para el dolor que no se alivia con el medicamento sin receta. Si registra su uso de opioides y su puntaje de dolor en el hospital, le ayudará a reducir sus dosis en el hogar.

Opioides Comience con la dosis más pequeña	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis
Medicamento:												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Medicamento:												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después

Día 3

Puntaje de dolor: 0 = sin dolor, 10 = el peor dolor.

Califique su dolor antes de tomar medicamentos y 1 hora después.

Medicamentos para alivio del dolor	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis
Acetaminofén (<i>analgésico</i>) 1,000 mg por vía oral cada 6 horas o 650 mg por vía oral cada 4 horas												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Ibuprofeno (<i>antiinflamatorio</i>) 600 mg por vía oral cada 6 horas												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después

Si su médico le recetó opioides: Siempre tome sus analgésicos sin receta primero. Use opioides solo para el dolor que no se alivia con el medicamento sin receta. Si registra su uso de opioides y su puntaje de dolor en el hospital, le ayudará a reducir sus dosis en el hogar.

Opioides Comience con la dosis más pequeña	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis	Hora	Dosis
Medicamento:												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Medicamento:												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después
Puntaje de dolor Califique su dolor de 0 a 10, antes y después de la dosis												
	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después	Antes	Después

Otros medicamentos	Fecha	Hora	Fecha	Hora	Fecha	Hora	Fecha	Hora	Fecha	Hora	Fecha	Hora
Senna (laxante de hierbas): Tome por vía oral 2 laxantes al día												
Policetilenglicol (bebida de fibra): Tome 17 gramos 1 vez al día												
Medicamento:												
Dosis:												
Medicamento:												
Dosis:												
Medicamento:												
Dosis:												
Medicamento:												
Dosis:												
Medicamento:												
Dosis:												

Tracking Your Medicines

After giving birth

Day 1

Pain score: 0 = no pain, 10 = the worst pain. **Rate your pain before taking medicine and 1 hour after.**

Pain Medicines	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose
	Acetaminophen (analgesic) 1,000 mg by mouth every 6 hours or 650 mg by mouth every 4 hours									
Before		After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose										
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After
Ibuprofen (anti-inflammatory) 600 mg by mouth every 6 hours										
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose										
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After

If your doctor prescribed opioids: Always take your nonprescription pain medicines first. Use opioids for break-through pain only. Tracking your opioid use and pain scale in hospital will help you taper your doses at home.

Opioids Start with smallest dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose
	Medicine: Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose									
Before		After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After
Medicine: Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose										
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After

Day 2

Pain score: 0 = no pain, 10 = the worst pain. **Rate your pain before taking medicine and 1 hour after.**

Pain Medicines		Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose
Acetaminophen (analgesic) 1,000 mg by mouth every 6 hours or 650 mg by mouth every 4 hours											
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose	Before	After		Before	After		Before	After		Before	After
Ibuprofen (anti-inflammatory) 600 mg by mouth every 6 hours											
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose	Before	After		Before	After		Before	After		Before	After

If your doctor prescribed opioids: Always take your nonprescription pain medicines first. Use opioids for break-through pain only. Tracking your opioid use and pain scale in hospital will help you taper your doses at home.

Opioids		Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose
Start with smallest dose											
Medicine:											
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose	Before	After		Before	After		Before	After		Before	After
Medicine:											
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose	Before	After		Before	After		Before	After		Before	After

Day 3

Pain score: 0 = no pain, 10 = the worst pain. **Rate your pain before taking medicine and 1 hour after.**

Pain Medicines		Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose
Acetaminophen (analgesic) 1,000 mg by mouth every 6 hours or 650 mg by mouth every 4 hours											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	
Ibuprofen (anti-inflammatory) 600 mg by mouth every 6 hours											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	

If your doctor prescribed opioids: Always take your nonprescription pain medicines first. Use opioids for break-through pain only. Tracking your opioid use and pain scale in hospital will help you taper your doses at home.

Opioids		Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose	Time	Dose
Start with smallest dose											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	
Medicine:											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	
Medicine:											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	
Pain Score Rate your pain from 0 to 10, before and after dose											
	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	Before	After	

Other Medicines	Date	Time	Date	Time	Date	Time	Date	Time	Date	Time	Date	Time	Date	Time
Senna (herbal laxative): Take by mouth 2 times a day														
Polyethylene glycol (oral fiber drink): Take 17 grams 1 time a day														
Medicine: Dose:														
Medicine: Dose:														
Medicine: Dose:														
Medicine: Dose:														
Medicine: Dose:														
Medicine: Dose:														