

# Thrush

Thrush is a yeast infection that can appear in the mother and the baby. Thrush thrives in warm, dark, moist places. Moms or babies who have taken medicine for an infection may get thrush. Moms who take estrogen-containing birth control pills may get thrush. There are many causes of thrush, but you can get rid of it. You don't have to stop breastfeeding.

## In the mother, some symptoms of thrush are:

- Sore nipples or cracked nipples after the newborn period (the nipple area may be pink, flaky, itchy or burning)
- Shooting pains in the breast during or after a feeding
- A vaginal yeast infection

## In the baby, some symptoms of thrush are:

- White patches on the inside of the baby's mouth, cheeks, or tongue
- A diaper rash
- A baby who may not want to eat
- A baby who becomes very fussy

## What to do:

- **Do not stop breastfeeding!**
- **Call the doctor for medicine for you and the baby,** even though thrush may not show up in both of you. Thrush may take a few days to a few weeks to clear up.
- Finish all medication as prescribed.
- The baby's medicine comes with a dropper or syringe. Do not put the dropper or syringe in the baby's mouth; instead, put the prescribed amount of medicine into a small dish. Then coat the baby's mouth using your finger or a cotton swab. Do not put used medicine back into the bottle. Be careful as you pour what is left into the baby's mouth. It's best to do this after each feeding.
- Mother's medicine is usually used on the nipple and areola. After breastfeeding, use 1 tablespoon vinegar in  $\frac{2}{3}$  cup water to clean breast. Air dry when possible.
- Wash your hands often with soap and warm water! Use paper towels to dry hands. Use bath towels and washcloths **only once** before washing. Wash bras,

towels, washcloths, and bibs in hot water, using vinegar in rinse water. Dry in clothes dryer, or hang in the sunshine. This will help stop the thrush from spreading.

- Be sure things that have touched the baby's mouth, such as spoons, teething toys, bottle nipples, and pacifiers are boiled for 20 minutes each day. After a week, throw away the nipples and pacifiers and replace with new ones.
- Do not store any breast milk while you have thrush; freezing does not kill yeast. Once a day, boil breast pump parts and breast shells for 20 minutes, if these items have come into contact with your breast milk. Microwave sterilizing kit may be used.
- Keep breasts clean and dry by exposing to air or using disposable breast pads. Throw away any used breast pads when damp or wet and wear a clean bra daily.
- If thrush does not go away, ask your doctor if you need to be tested for anemia or diabetes.



**If the problem continues, call your WIC peer counselor, breastfeeding coordinator, lactation consultant, or doctor.**

Name \_\_\_\_\_

Phone \_\_\_\_\_

# Candidiasis

La candidiasis es una infección por hongos que pueden tener la madre y el bebé. Se desarrolla en lugares cálidos, oscuros y húmedos. Las madres o los bebés que han tomado medicamentos para tratar una infección pueden contraer candidiasis. Las madres que toman pastillas anticonceptivas que contienen estrógeno pueden contraer candidiasis. Hay muchas causas de la candidiasis, pero se puede curar. No tiene que dejar de amamantar.

## Algunos síntomas de la candidiasis que puede presentar la madre son los siguientes:

- Pezones irritados o con grietas que se forman después del período neonatal (la zona del pezón puede estar rosada o presentar escamas, comezón o ardor).
- Dolor fulgurante en la mama durante o después de amamantar.
- Infección vaginal por hongos.

## Algunos síntomas de la candidiasis que puede presentar el bebé son los siguientes:

- Parches blancos en el interior de la boca, las mejillas o la lengua del bebé.
- Erupción en la zona del pañal.
- No quiere comer.
- Está muy irritable.

## Qué hacer:

- **¡No deje de amamantar!**
- **Llame al médico para que le recete medicamentos para usted y el bebé**, aunque los dos no tengan candidiasis. La candidiasis puede tardar de unos días a unas semanas en desaparecer.
- Termine de tomar todos los medicamentos según las indicaciones del médico.
- El medicamento del bebé viene con un gotero o una jeringa. No coloque el gotero ni la jeringa en la boca del bebé; coloque la cantidad de medicamento que le recetó el médico en un plato pequeño. Luego, cubra la boca del bebé con el dedo o un hisopo de algodón. No vuelva a colocar el medicamento que usó en el frasco. Tenga cuidado cuando le dé lo que queda al bebé por la boca. Es mejor hacer esto después de darle de comer.
- Generalmente, el medicamento para la madre se aplica en el pezón y la areola. Después de amamantar, coloque 1 cucharada de vinagre en una taza con 2/3 de agua para limpiar la mama. Cuando sea posible, deje que se seque con el aire.
- Lávese las manos a menudo con agua caliente y jabón.

Use toallas de papel para secarse las manos. Use las toallas y los paños **solo una vez** antes de lavarse. Lave los sostenes, las toallas, los paños y los baberos con agua caliente, y utilice agua con vinagre para enjuagar. Para secar la ropa, use una secadora o cuélguela al sol. Esto ayudará a detener la propagación de la candidiasis.

- Asegúrese de hervir las cosas que tocaron la boca del bebé, como cucharas, juguetes para la dentición, tetinas de biberón y chupetes, durante 20 minutos todos los días. Después de una semana, tire las tetinas y los chupetes, y reemplácelos por unos nuevos.
- No guarde leche materna mientras tenga candidiasis; la congelación no mata el hongo. Una vez al día, hierva las partes del sacaleches y los protectores mamarios durante 20 minutos si estuvieron en contacto con la leche materna. Se puede utilizar un kit de esterilización para microondas.
- Mantenga las mamas limpias y secas. Para ello, déjelas al aire libre o utilice protectores desechables. Deseche los protectores usados cuando estén húmedos o mojados y use un sostén limpio todos los días.
- Si la candidiasis no desaparece, pregúntele a su médico si necesita que le realicen una prueba de anemia o diabetes.



**Si el problema continúa, llame a la orientadora del Programa para mujeres, bebés y niños (Women, Infants and Children Program, WIC), la coordinadora de lactancia, la consultora de lactancia o su médico..**

Nombre \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_