

ATENCIÓN MÉDICA EN CASA

En el evento de un brote de enfermedad de gran escala, ataque bioterrorista, pandemia de gripe o de otra emergencia de salud pública, el médico puede solicitarle que cuide de sí mismo o de sus familiares enfermos en casa, en lugar de visitar la Oficina de su proveedor de atención médica, la sala de atención médica de urgencia o la sala de emergencias.

Cómo debo proteger a mi familia cuando cuido a un enfermo en casa?

La mejor manera de impedir la propagación de la gripe de una persona a otra es manteniendo a la persona enferma alejada de otros en la medida de lo posible. Coloque al enfermo en una habitación privada. Intente tener sólo una persona dedicada brindando la atención. El proveedor de atención médica debe lavarse las manos antes de entrar en la habitación e inmediatamente después de abandonar la habitación. Los familiares enfermos también deben recordar:

- Evitar compartir los artículos personales como bebidas, platos, cubiertos y cepillos de dientes.
- Utilizar modales higiénicos cubriendo su tos y los estornudar en un pañuelo.
- Descartar los pañuelos usados y lavarse las manos con agua y jabón después de toser o estornudar.

Debo hacer limpieza adicional?

Se deben limpiar con frecuencia las superficies comunes y aquellos artículos compartidos utilizando un desinfectante casero siguiendo las recomendaciones en la etiqueta del producto. No se requiere limpieza especial. No se requiere lavar por separado la ropa, platos y cubiertos utilizados por una persona enferma. La ropa se debe lavar utilizando jabón para ropa con agua caliente y secar utilizando la secadora en la selección "caliente". Los platos y cubiertos deben lavarse bien ya sea en la lavadora de trastes o a mano utilizando jabón y agua caliente antes de ser utilizados nuevamente. La persona que maneje la ropa sucia, los trastes y utensilios debe lavar sus manos inmediatamente después de hacerlo.

Qué tipo de atención médica se debe proporcionar al enfermo?

Mantenga informado a su proveedor de atención médica. Asegúrese de que la persona enferma obtenga bastante descanso, coma pequeñas porciones de alimentos saludables y beba líquidos claros tales como agua o bebidas con electrolitos. Monitoree sus síntomas, incluyendo cualquier fiebre. Una fiebre puede resultar incómoda, pero no necesariamente es algo malo. Suele ser una señal de que algo está sucediendo en su cuerpo. Las fiebres desempeñan un papel importante en su cuerpo ayudándole a combatir las infecciones. Para los adultos la fiebre generalmente no es peligrosa a menos de que suba hasta o por arriba de 103 ° F. Sin embargo, para los niños pequeños e infantes, inclusive una fiebre ligera puede ser un aviso de una infección o enfermedad seria. Los recién nacidos pueden desarrollar una fiebre por debajo de lo normal cuando están enfermos.

Contacte a su médico cuando una fiebre sobrepase;

- 102°F para adultos
- 102°F para infantes y niños mayor de 3 meses
- 100.4°F para infantes menores de 3 meses de edad (temperatura rectal)

Consulte con su médico las recomendaciones sobre el uso de medicamentos antivirales o medicamentos de confort. NO ADMINISTRE aspirina a niños o jóvenes! Puede causar una rara, pero seria enfermedad llamada Síndrome Reye.

Y si las cosas empeoran?

Llame al 9-1-1 inmediatamente si la persona;

- tiene tos que produce mucosa espesa,
- su piel o labios se ponen de color azul,
- tiene dificultad para respirar o dolor de pecho,
- tiene síntomas de deshidratación (tales como mareos cuando está de pie, no orina, no tiene lágrimas cuando es un infante que llora),
- esta vomitando y no puede retener líquidos,
- tiene una condición médica que empeora,
- se torna inusualmente irritable o confundida,
- se le contractura el cuello,
- no puede mover los brazos o piernas, o
- si le da una convulsión.

Para más información, contacte a su departamento de salud pública local o visite www.combatalagripe.com

**FIGHT
THE FLU**