

Tabla de Recomendación Sobre la Gripe H1N1 y Gripe Estacional

Protegiéndose Usted Mismo, Protegiendo a los Demás

SI TIENE SÍNTOMAS DE LA GRIPE:

Use las guías en ésta tabla para tomar la mejor decisión para usted y para sus seres queridos. Siempre use medidas de higiene y prevención para evitar la contaminación:

- Lávese las manos frecuentemente
- Al toser o estornudar hágalo en el doblado de su codo en lugar de en las manos
- Mantenga limpios sus alrededores

SITUACIÓN PARA ADULTO O NIÑO

La persona no tiene fiebre (su temperatura está a menos de 38°C ó 100.4°F), pero no tiene los siguientes síntomas:

1. Dolor de garganta
2. Nariz goteante
3. Nariz congestionada
4. Tos

1. Recomendación*

Posiblemente es un resfriado. Se recomienda descanso.

INFORMACIÓN GENERAL

Si decide buscar cuidado médico, por favor sepa cuáles síntomas son los que los centros de urgencias toman como más serios y tratan primero. Buscar otras maneras de cuidar de si mismo si usted no cae entre la categoría naranja o roja (tercera o cuarta).

Sitio de Internet para el condado de Stanislaus:

Información de Emergencia para el condado de Stanislaus:

www.stanemergency.com

Agencia de Servicios de la Salud del condado de Stanislaus:

www.hsahealth.org

Otros sitios Web:

www.cdc.gov.H1N1flu

www.flu.gov

Para información por telefono:

Línea directa de la gripe:

209-558-8872

Línea directa H1N1 CDC:

1-800-865-0564

Números importantes de teléfono :

Su Doctor:

Su Farmacéutico:



SITUACIÓN PARA ADULTO O NIÑO

La persona tiene fiebre de más de 38°C (100.4°F). La fiebre se presentó repentinamente junto con los siguientes síntomas:

1. Tos
2. Demasiada fatiga
3. Dolor muscular
4. Dolor de garganta
5. Dolor de cabeza

2. Recomendación*

Posiblemente es la gripe. Se recomienda descanso en casa.

SITUACIÓN PARA ADULTO O NIÑO EN RIESGO DE COMPLICACIONES

La persona tiene fiebre de más de 38°C (100.4°F) y es de un grupo que está en riesgo de desarrollar complicaciones (niños menores de 5 años, adultos de la tercera edad, mujeres embarazadas, una persona con enfermedad crónica).

3. Recomendación*

Vea al Doctor hoy.

Medicamentos Antivirales pueden ser necesarios.

SITUACIÓN PARA ADULTO O NIÑO

La persona tiene fiebre y uno de los siguientes síntomas:

1. Falta de respiración
2. Dificultad para respirar
3. Respiración dolorosa
4. Vómito por más de cuatro horas
5. Fiebre en un niño que está muy callado y menos activo de lo normal o se rehúsa a jugar o está agitado.

SITUACIÓN PARA ADULTO O NIÑO

La persona tiene fiebre de más de 38°C (100.4°F) y uno de los siguientes síntomas:

1. Dificultad para respirar que persiste o se empeora
2. Labios azules
3. Dificultad para moverse
4. Tensión severa en el cuello
5. Adormecimiento, confusión, desorientación, o dificultad para estar alerta.
6. Convulsiones
7. No orina por 12 horas
8. Fiebre en un bebé menor de 3 meses

4. Recomendación*

Vaya al centro de urgencias inmediatamente.

Llame al 911 si es necesario.

*Si tiene alguna pregunta sobre éstas recomendaciones, por favor comuníquese con su proveedor médico.