

COVID_19. Ghid de sfaturi de îngrijire și pacienții adulți

Majoritatea persoanelor care au simptome de virusul COVID_19 bolii este în măsură să aibă grijă în urma unor recomandări simple, (1). Nu există nici un tratament specific și de a fi o infecție cu virusul nu este destinat să ia antibiotice ca măsură sau tratament preventiv.

Cu toate acestea, este recomandat să **apelați centrul de sănătate la ore regulate sau sfaturi de sanatate asistenta 948290290, comunicând găsit în mod izolat sau carantină COVID-19:**

Dacă aveți simptome care pot indica **complicații**:

Agravarea bruscă starea generală.

Sau dificultăți de respirație, respirație rapidă sau dificultăți de respirație, flegma, flegma sângeroase.

sau descrește în starea de conștiență, confuzie, letargie, stare de inconștiență. sau vărsături care nu se oprește, diaree cu deshidratare (sete, gură uscată, urinat și urină galben pic de culoare închisă, piele uscată și rece ...)

1.-Recomandări pentru a avea grijă

- stai acasă la cât mai izolat posibil de restul concubini, odihnă, cu odihnă, ventilați încăperea și evitarea răcesc. Mâini
- Spălați frecvent cu apă și săpun
- Folosiți batiste de unică folosință.
- la temperatura de două ori pe zi.
- Dacă există o febră de 38 ° C, stare de rău, dureri de cap sau musculare ... la analgezice - antipiretice, cum ar fi paracetamol.
- În cazul personalului medical considerat necesar, vă poate indica faptul că controlul altor semne, cum ar fi tensiunea arteriala.
- Bea multe lichide.
- Posibilitati de alimentatie sanatos. Daca nu este foame, bea sucuri de fructe, legume și ciorbe ceaiuri. • Nu fuma sau de a respira aer cu fum de prizat.
- Monitorizarea aparitia de noi simptome.
- Acest proces este foarte important pentru a evita contagiunea. Nu există vizite. Este important să ne amintim pașii necesari pentru a preveni transmiterea bolii. (punctele 3 și 4)

2. - Foarte important este de a evita contactul cu grupurile de populație cele mai vulnerabile:

Femeile gravide.

Copii sub 2 ani sau boli cronice (boala imunodeprimați, boala neuromusculare, encefalopatie, boli respiratorii cronice, boala hematologica, diabet zaharat tip 1 slab controlat).

Persoanele cu cardiace cronice, respiratorii, rinichi, ficat sau sânge, medicamente tratament diabet, obezitate severă sau morbidă neuromusculare.

Persoanele cu imunosupresie pentru transplanturi, HIV / SIDA, luând medicamente imunosupresoare, nu au nici o splina ...

Persoanele în vârstă.

3. MĂSURI DE REDUCERE A RĂSPÂNDIRII Probabilitate

- Ședere într-o singură cameră bine aerisită și, de preferință, cu ușa închisă și de a folosi baia proprie, dacă este posibil. În cazul în care nu este posibil, curățați suprafețele de bai cu un dezinfectant comun cum ar fi înălbitor.

- Spălați-vă pe mâini frecvent cu apă și săpun, în special după tuse sau strănut sau să manipuleze țesuturi le-ați utilizat.

- Restricționarea minime ieșirile necesare în cameră și, atunci când este necesar concediul, purtați întotdeauna o mască.

- Restul coabitează evită intrarea în cameră și atunci când o fac, ei trebuie să poarte o mască (o mască chirurgicală normală este suficientă) sau o batista pentru a acoperi nasul și gura lor, dacă nu are o mască.

- Nu este recomandată permiterea accesului la ustensile (farfurii, foi, pături etc.)

- Îndepărtați orice resturi și materiale de unică folosință utilizat, pus într-o pungă într-un coș de gunoi (mai bine dacă cu capac și deschidere pedală) în cameră.

4. RECOMANDĂRI PENTRU CARE ILL MEDICI

Asigurați-vă că este adultul care are grija de persoana bolnavă și nu are factori de risc pentru complicații pentru COVID_19.

- Persoana bolnavă va masca în timp ce îngrijitorul se află în apropiere.

- Oamenii care vin în contact cu bunurile persoanei bolnave ar trebui să folosească mască și mănuși și mâinile de spălare după fiecare contact. spalarea mainilor frecvente după orice contact cu persoana bolnavă și după părăsirea camerei.

- Curățați și obiectele și dezinfectați suprafețele atinse frecvent cu disposables și înălbitor (2 linguri de înălbitor în 1 litru de apă). alertă

- Sedere la simptome pe care le sau membri ai familiei și a semnelor de agravare pot prezenta.

- Dacă sau alți membri ai familiei au simptome de boala coronavirus, apel centru de sănătate sau telefon sfatul asistenta și urmați instrucțiunile lor. Punerea în aplicare a recomandărilor cuprinse în documentele date lui de către profesioniștii din domeniul sănătății și, în caz de dubii, consultați

<https://www.navarra.es/es/web/coronavirus/inicio> site-ul unde veți găsi informații suplimentare. Consiliul de Sanatate Nurse Telefon 948 290 290