

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

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. Busque otras formas de cuidarse si no cae bajo la categoría Naranja o Roja.

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

Recomendación*

Posiblemente es la gripe.
Se recomienda descanso en casa.
Vea el folleto "Cuidado en Casa"

Sitios Web del Condado de Tulare:

Sitio Web de la Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Tulare:

www.tularehhsa.org

Sitio Web PHEP Condado de Tulare:

www.tularecountybt.com

Otros sitios Web:

www.cdc.gov.h1n1flu

Para información por teléfono:

Línea de Información del Condado de Tulare:

1-800-834-7121

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 2 años, adultos de la tercera edad, mujeres embarazadas, una persona con enfermedad crónica).

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.

Recomendación*

Vaya al centro de urgencias inmediatamente.
Llame al 911 si es necesario.

Línea de Información del CDPH

Sobre la Gripe H1N1:

1-888-865-0564

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) 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



Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Tulare
Departamento de Salud Pública, Programa de Preparación para Emergencias

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