GRIPE



No caso de que vostede teña gripe:

- Garde repouso no seu domicilio.
- Beba abundantes líquidos e coide a súa dieta co consumo de froitas e verduras.
- Lávese frecuentemente as mans e manteña hábitos de hixiene que diminúan as posibilidades de contaxio.
- Controle a febre.

Que evitar:

- Tomar antibióticos e antivirais sen indicación médica.
- Dar ácido acetil salicílico a nenos ou xente nova (podería provocar unha síndrome rara, pero grave, chamada Síndrome de Reye).

Cando debe chamar ao 061:

- Se ten febre superior a 38,5ºC e persiste durante máis de tres días.
- Se nota un empeoramento repentino ou pasaron xa sete días desde o comezo dos síntomas gripais.
- Se sofre alteracións da consciencia (dificultade para espertar ou irritabilidade).
- Se detecta erupcións cutáneas.
- Se sofre dificultade para respirar, expectoración sanguinolenta ou dor no peito.
- Se pertence a un grupo de risco como enfermos crónicos ou embarazadas.

Clasificación

Categorías:

- Colectivos, Cidadanía

Etiquetas:

- gripe, recomendacións, cidadanía