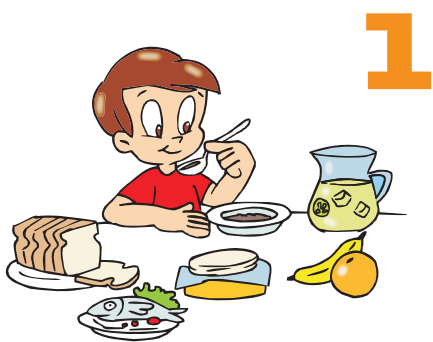


# ¿Cómo cuidar de un familiar enfermo en casa?



1

## Cuidados generales:

- Mantener reposo en casa.
- Procurar estar alejado de los demás.
- Lavar siempre tus manos después de toser o estornudar, de ir al baño y antes de comer.
- Tomar entre 5 y 8 vasos de agua al día.



2

## Toma de la temperatura:

- Cada 6 hrs y anótala en un cuaderno.
- Colocar el termómetro en la axila durante 3 minutos.
- A partir de 38°C equivale a fiebre.
- En caso de fiebre:
  - Destapar y/o bañar con agua tibia.
  - Si persiste la fiebre dale el medicamento indicado por tu médico.

3

## Vigila la respiración:

- Observar cuántas veces se levanta el pecho al respirar y anótalo en un cuaderno.
- Preguntar si cuesta trabajo respirar.
- En los niños observar si al respirar se le marcan las costillas.

Lleva un registro diario del estado de salud del enfermo, anota cualquier cambio importante durante el día:

- Si le duele algo
- Si tuvo fiebre
- Si respira muy rápido o le cuesta trabajo respirar