

# Guia sobre os cuidados a serem tomados no tratamento da Influenza em casa

Agosto de 2009

Atualmente, a maioria dos pacientes que contraíram o Novo Tipo de Influenza (Shingata Influenza), são casos não muito graves e poucos são os pacientes internados.

A Influenza, independente de ser do 「 Novo Tipo 」, é uma doença anual, de época, que pode se agravar em pacientes com doenças respiratórias crônicas (ex.:asma), doenças cardíacas crônicas, diabetes etc., em bebês, pessoas de idade e mulheres grávidas. Pessoas saudáveis levam em média uma semana para voltarem ao estado normal de saúde.

Mesmo que o médico confirme que você contraiu o Novo Tipo de Influenza, não se preocupe, siga as instruções a seguir e faça o tratamento adequado.



## **CUIDADOS A SEREM TOMADOS EM CASA, PARA OS CASOS NÃO GRAVES**

Os casos graves ou com probabilidade de se agravar, devem ser tratados com internação, mas casos leves serão tratados em casa.

O tratamento em casa, para os casos leves, deve ocorrer no período de uma semana, a partir do dia posterior ao aparecimento da febre até 2 dias após abaixar a febre.



## **CONSULTE O MÉDICO, NESTES CASOS**

Se não houver melhora 4 dias após o aparecimento da febre.

Se tossir muito ou expelir muito catarro, sentir falta de ar ou dor no peito

Se não conseguir se hidratar o suficiente, sentir tonturas e sintomas de desidratação.

Se após uma melhora, a tosse voltar a piorar e a febre subir novamente.

Se houver convulsão ou outros sintomas anormais.

É necessária uma atenção especial, quando se tratar de crianças.



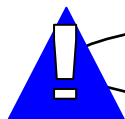
## **CUIDADOS QUE O PACIENTE E A FAMÍLIA DEVEM TOMAR**

O tratamento em casa deve ser feito tomando-se muito cuidado com a saúde do paciente e evitando que a doença se alastre por toda a família.

No verso da folha, constam os cuidados a serem tomados no tratamento em casa, com a colaboração do paciente e dos membros da família.

# Cuidados a serem tomados no tratamento em casa

Agosto de 2009



## CUIDADOS QUE O PACIENTE DEVE TOMAR

Medir a temperatura do corpo todos os dias.

Mesmo que os sintomas tiverem desaparecido, tomar o remédio receitado pelo médico até terminar.

Evitar sair de casa, procurando ficar em repouso, em quarto separado.

Tomar bastante líquido, com frequência (água, chá, sport drink etc).

Alimentar-se bem, e procurar repousar o suficiente.

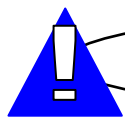
Adotar a etiqueta da tosse.

### ETIQUETA DA TOSSE

.Usar máscara, se estiver tossindo.

.Ao tossir ou espirrar, cobrir a boca e o nariz com lenço de papel, e virar o rosto para o outro lado (se possível, manter a distância de 2 m).

.Jogar imediatamente os lenços de papel utilizados, na lata de lixo.



## CUIDADOS QUE A FAMÍLIA DEVE TOMAR

### CUIDADOS COM O PACIENTE

Ficar atento às mudanças do estado de saúde do paciente.

Se o estado de saúde piorar, consultar o médico.

Preparar alimentos ricos em vitaminas e de fácil digestão.

Utilizar máscara, ao entrar em contato com o paciente.

A esterilização dos utensílios de cozinha e roupas utilizados pelo paciente deve ser feita, lavando-os e secando-os normalmente. Porém, não utilizar as mesmas toalhas e utensílios que o paciente, antes de lavá-los adequadamente.

### CUIDADOS COM A SAÚDE DA FAMÍLIA

As pessoas da família também devem medir a temperatura do corpo, todos os dias.

Se surgirem sintomas como febre acima de 38 graus, tosse e dor de garganta, telefonar ao Posto de Saúde mais próximo.

Lavar bem as mãos, após cuidar do paciente.

Se possível, ficar em quarto separado ao do paciente.

Ventilar o quarto e manter a umidade adequada do ar (50 a 60%).

Em caso de dúvida, consultar o hospital ou o Posto de Saúde (Hoken Fukushi Jimusho).

-Departamento de Higiêne da Província de Nagano-