

## **INFLUENZA (FLU)**

Si su niño le da influenza, puede ayudar a mejorar sus síntomas dándole Tylenol para la fiebre y los dolores, provea suficiente fluido y deje que su niño tenga suficiente reposo.

Llame al médico si la fiebre de su niño dura más de 3 días tiene dificultad respirando, si vomita por más de 6 horas, se queja de dolor de cuello o tiene alguna alergia.

## **RESFRIADOS DE INVIERNO**

No hay ninguna cura conocida para el resfriado. Los síntomas del resfriado son la nariz tupida, fiebre baja, (menos de 101) garganta lastimada, tos, ronquera, u ojos rojos. Muchas veces flujo nasal verde es visto al final de una enfermedad viral (virus). No es necesario un antibiótico.

El uso innecesario de antibióticos puede ser peligroso. Los antibióticos se usan para tratar infecciones bacteriales, nunca el resfriado (Otras infecciones viral).

Aquí tiene algunas ideas para ayudarle durante el invierno:

\*Lavarse las manos frecuentemente puede prevenir regar resfriados, la influenza, y otras infecciones virales.

**NUNCA FUME EN LA CASA O EN EL CARRO, NIPERMITA QUE SU NIÑO SEA EXPUESTO AL HUMO DEL CIGARILLO.**

\*Cubrase la boca y nariz con un pañuelo o servilleta que usted vote, tosa o estornude hacia dentro de su codo. El limpiarse la nariz frecuentemente ayuda.

Tratamientos Recomendados:

\*Para los infantes con congestión nasal use gotas de agua salina recomendadas en la página 17 del libro azul de su bebé.

\*Use acetaminofén para el dolor o fiebre.

\*Tratamientos para tos sin dificultad respiratoria o fiebre alta, el único ingrediente sin receta médica para la tos es Dextromethorphan (DM). No hay pruebas de que otros medicamentos ayuden y estos pueden tener efectos secundarios que le causen molestia.

\*Vaporizadores y humidificadores ultrasónicos mantienen la secreción húmeda y pueden ayudale si el aire de su casa es seco y el niño tiene flema gruesa (limpie y cambia el agua diariamente).

Llame a nuestra oficina durante el día si:

\*Tiene fiebre o tos más de 3 días.

\*Tiene tos más de 2 semanas.

\*Tiene tos que moleste (impida) el **sueño del niño.**

\*Tiene silbido en el pecho y tos.

\*El infante es menor de 6 meses.

Llame inmediatamente si:

\*Tiene dificultad respirando.

\*Está respirando rápido.

\*Los labios están morados.

\*El infante tiene menos de un mes.

\*El niño se ahoga con comida o se traga un objeto.

## **CRUP (CROUP)**

Crup (Croup) es una enfermedad viral. Es ronquera causada por inflamación de la traquea (parte alta de vía respiratoria), (un sonido brusco y vibrante que se escucha cuando el niño inhala) y una tos que suena como si estuviera ladrando. Los virus que causan Crup (Croup) son contagiosos hasta que se vaya la fiebre.

Tratamiento:

\*Abra la ducha con agua caliente con la puerta del baño cerrada. Lleve a su niño por 10 minutos. Cuando el cuarto se ponga nublado por el vapor. Muchos niños se aquietan y se duermen tranquilamente después de hacer esto. O duerma con una ventana abierta.

\*Ponga el vaporizador con agua fría al lado de la cama del niño.

\*Dele líquidos tibios y claros (té, jugo de manzana, limonada).

\*Use acetaminofén para la fiebre (vea el dorso del libro azul).

Llame a la oficina si:

\*El respirar es dificultoso.

\*Se le hace un hueco entre las costillas cuando el niño respira.

\*Tiene los labios morados.

\*El niño está desinquieto y no puede dormir.

\*Tiene otras preocupaciones o preguntas.

**NO PERMITA QUE NADIE FUME EN SU CASA O CERCA DE SU NIÑO.**

## **BRONQUIOLITIS**

Bronquiolitis es una enfermedad viral que afecta a niños menores de 2 años. Los síntomas son silbido (cuando el niño respira), respiración rápida y pecho apretado, tos, fiebre y nariz tupida. El silbido empeora por 2 ó 3 días, luego empieza a mejorar pero puede durar hasta 7 días. La tos usualmente dura algunos 14 días, pero puede durar más.

Tratamiento:

\*Algunos niños responden (mejoran) con medicina para el asma y otros no.

\*Tylenol para la fiebre cada 4 horas más de 102.

\*Beber líquidos tibios para relajar las vías respiratorias y para la secreción.

\*Ofrezcale fórmula infantil o leche materna frecuentemente en pequeñas porciones.

\*Humidificador en el cuarto del niño.

\*Gotas de agua salina (vea el libro azul de su bebé) y mantener la nariz limpia.

**ABSOLUTAMENTE NO PERMITA QUE FUMEN CERCA DE SU NIÑO.**

Llame a la oficina si:

\*El respirar es dificultoso o rápido.

\*El silbido se pone más severo.

\*Si empeora el hueco entre las costillas cuando el niño respira,

\*El niño no está tomando suficiente líquido.

\*Tiene fiebre más de 72 horas.

\*El niño empeora.

En Holyoke la oficina se abre para ver niños enfermos a las 8 AM durante la semana y a las 9 AM los fines de semana, llame **536-2393**.

En So. Hadley la oficina se abre a las 8:30 AM durante la semana para ver enfermos, llame **532-0300**.