

Recomendaciones de higiene respiratoria en domicilio y cuidados de dispositivos



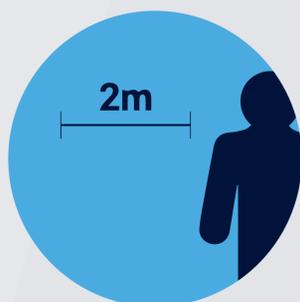
Adopte medidas de higiene respiratoria.

Cuando vaya a toser o estornudar tape la boca con un pañuelo desechable o hágalo sobre el pliegue del codo; una vez estornude o tosa en el pañuelo deséchelo y lávese las manos.



Evitar saludar de mano y beso.

Los gérmenes pueden estar en las manos de la otra persona y usted recibir el germen.



Mantenga el distanciamiento social.

Mantenga al menos 2 metros, de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre.



Recuerde realizar lavado de manos cada 2 o 3 horas.

(Evitar de esta manera infecciones)



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.

Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si se toca los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puedes transferir el virus de la superficie a sí mismo.



Mantenga bien ventilado el espacio donde se encuentra.



Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo.

Consulte con su prestador de salud (EPS o ARS), quien le dará indicaciones a cerca de las medidas a tomar y establece el conducto regular para la atención.



Mantenga aisladas las mascotas de los usuarios con enfermedades respiratorias o cuando reciba visitas del personal de salud o servicio de oxígeno.

Cuidado de dispositivos respiratorios.

Sí cuenta con oxígeno domiciliario, asegúrese de realizar limpieza frecuente al humidificador y cánula nasal.

Recuerde apagar el concentrador para realizar las siguientes actividades:



El humidificador se debe lavar con abundante agua, utilice un cepillo pequeño exclusivo para esta actividad y cepille las paredes internas, retirando el sarro, haga lo mismo con el capilar (manguera plástica interna que se deriva de la tapa del humidificador) que tiene el humidificador; posteriormente agréguele agua de botella evitando superar el máximo indicado, tape el recipiente y colóquelo nuevamente.



Retire con cuidado la cánula nasal del usuario y lave los vástagos (derivaciones que entran a la nariz) con agua, retírele los residuos de secreciones (Moco), limpie con un paño húmedo el resto de la cánula retirándole las impurezas.

Recuerde que la cánula nasal tiene una vida útil de máximo un mes, debe ser cambiada por el usuario, ya que los prestares del servicio de oxígeno les corresponde el cambio cada 3 meses (Según contrato).



Para Limpiar el concentrador, este debe estar apagado y desconectado del tomacorriente, luego con un paño húmedo, limpie la parte externa, asegurándose de retirar las impurezas del equipo.

¡De tu autocuidado depende Tu buen estado de salud!