

RECOMENDACIONES AL ALTA PARA AUTOCUIDADOS EN PACIENTES CON PROBLEMAS RESPIRATORIOS

- ❖ Mantener el ambiente donde se encuentre el paciente fresco y húmedo.
- ❖ Adquirir hábitos higiénico-dietéticos saludables:
 - I. Aumentar la ingestión de líquidos.
 - II. Llevar una dieta rica en proteínas (pescados, carnes magras, huevos, etc)
 - III. Disminuir el consumo de sal en pacientes con HTA (en caso de I. Cardíaca también disminuirá la ingestión de líquidos).
 - IV. Realizar paseos diarios.
- ❖ Utilizar varias almohadas para dormir semisentado, si precisa.
- ❖ En caso de alteración en la cantidad de orina o aparición de inflamación en miembros inferiores, aumento de la fatiga..... sería indicativo de empeoramiento de su enfermedad de base por lo que tendría que acudir al médico.
- ❖ Observar la aparición de tos, aumento de secreciones, su coloración, presencia de fiebre.....
- ❖ En caso de precisar oxígeno, utilícelo húmedo y caliente. A través del Servicio de Atención al Paciente se le proporcionará el material necesario.

ESTAS RECOMENDACIONES SERAN VALIDAS HASTA CONTACTAR CON SU ENFERMERA DE ATENCION PRIMARIA Y ASI VALORAR LA CONTINUIDAD O AMPLIACION DE LOS CUIDADOS.