

SUKARRA FIEBRE



arrazola
FARMAZIA



Zure farmazia Grosen

Tu farmacia
en Gros

Secundino Esnaola 21 (Gros)
20001 Donostia/San Sebastián
T.: 943 283 434
farmaciaarrazola@farmanorte.org

Whatsapp bidezko eskaerak/
Pedidos por whatsapp
618 164 766

www.farmazia-arrazola.eus

Osasun gomendioak

- Sukarra termometro egoki batekin neurtu.
- Temperatura kontrolatu. Arropa gutxiarekin jantzi eta hotza izango bazenu, maindire fin batekin tapatu.
- Hidratatu. Ura maiz edan.
- Deskantsatu.
- Gela aireztatu, eskuak maiz garbitu, distantziak mantendu, kutsadura ekiditeko.
- Erabilera bakarreko zapiak erabili mukiak kentzeko. Muxukoa erabili behar izanez gero.
- Zure farmazilari edo medikuarekin kontsultatu sukar altuak (38°C) 3 egun baina gehiago irauten badu, haurdun bazaude, beste arrisku faktore batzuk badituzu.
- Parazetamola (500-650mg) edo ibuprefenoa (400mg) hartu 8 orduro.

Recomendaciones sanitarias

- Mídete la fiebre con un termómetro adecuado.
- Controla la temperatura. Vístete con poca ropa y si tuvieras frío tápate con una sábana fina.
- Hidrátate. Bebe agua con frecuencia.
- Descansa.
- Ventila la habitación, lávate las manos con frecuencia, mantén las distancias, para evitar contagios.
- Utiliza pañuelos desechables para sonarte los mocos y tíralos nada mas usarlos. Usa mascarilla si hiciera falta.
- Consulta con tu farmacéutica o médico si la fiebre alta (38°C) dura más de 3 días, si estás embarazada o tienes otros factores de riesgo.
- Toma paracetamol (500-650mg) o ibuprofeno (400mg) cada 8 horas.

*Galderarik baduzu, gurekin harremanetan jarri.
Si tienes dudas, ponte en contacto con nosotras.*