

Lo que los Padres Deben Saber Sobre la Influenza y la Meningitis Meningocócica

Influenza, comúnmente llamada “la gripa”, es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por el virus de la influenza. La infección con este virus puede convertirse en una enfermedad moderada o en problemas potencialmente peligrosos.

Información Sobre la Influenza

- Los niños con riesgos más altos incluye a aquellos niños que viven en unidades de cuidados a largo plazo o quienes tienen las siguientes condiciones médicas; enfermedades cardíacas, enfermedades pulmonares (como asma), enfermedades de metabolismo (como la diabetes), problemas sanguíneos, sistema inmune débil (como el SIDA) o los que están recibiendo terapias a base de aspirina a largo plazo.
- Los síntomas de la influenza incluyen fiebre (usualmente alta), Dolores de cabeza, cansancio extremo, tos seca, nariz floja o tapada y Dolores musculares. Otros síntomas como las náuseas, el vomito, la diarrea son muchos mas comunes en los niños que en los niños.
- La influenza comúnmente se propaga a través de la tos, estornudo, compartiendo bebidas o alimentos o simplemente a través de la respiración.
- Los tratamientos incluyen mucho descanso y mucho liquido. Los descongestionantes, las medicinas para suprimir la tos y el uso de aparatos para humedecer el aire, pueden aliviar algunos síntomas.

La meningitis Meningocócica una forma de bacteria de meningitis y algunas veces se le llama meningitis espinal la cual raramente ocurre pero es una infección potencialmente fatal que puede causar inflamación severa de los fluidos alrededor del cerebro es la espina dorsal o una infección seria sanguínea seria.

Información sobre la Meningitis

- Algunos estudiantes universitarios son propenso a contraer meningitis debido a ciertas conductas sociales que pueden incluir bebidas, fumar (activo y pasivo) y el estar en lugares llenos de personas como los dormitorios.
- Los síntomas pueden progresar rápidamente y pueden ser parecidos a los de la influenza. Los síntomas incluyen fiebre, dolor de cabeza, tortícolis, náusea, vomito, confusión, somnolencia y poca sensibilidad. Algunas personas pueden desarrollar un salpullido principalmente en los brazos y piernas.
- Esta enfermedad se propaga a través del aire o a través de la saliva al hacer contacto con una persona infectada. También se puede propagar a través de la tos, estornudo, besos o la compartir objetos como vasos, utensilios de comer o cigarrillos.

Hay vacunas disponibles para las dos la influenza y la meningitis meningocócica. La vacuna par la influenza se aplica anualmente y la vacuna de la meningitis protege entre 3 a 5 años. Mientras se mantiene el efecto de la vacuna para prevenir esta enfermedad es útil tomar las siguientes medidas:

- Lavarse frecuentemente las manos con jabón y agua por 20 segundos.
- Cubrirse las manos al toser o estornudar. Cargar toallas desechables que se deben votar después de usar.
- Tomar suficiente liquido y suficiente en la noche. Ingerir comidas saludables que incluyan frutas vegetales diariamente.
- No compartir alimentos, bebidas o utensilios para comer.
- Anime a los niños enfermos a que se queden en casa para prevenir que se propague la enfermedad. Los estudiantes regresar a la escuela 24 horas después de que haya pasado la fiebre.