

RESPIRATORY RECOMMENDATIONS

Currently, Gonzaba Medical Group and health agencies recommend to **stay home if you are having fever and respiratory symptoms without trouble breathing.**

Urgent care and emergency department waiting rooms may become places where the COVID-19 (Coronavirus) infection can be spread, therefore at this time we are recommending that you stay home **unless necessary.** **Gonzaba Medical Group: (210) 921-3800 • COVID-19 hotline: (210) 207-5779.**

HERE ARE RECOMMENDATIONS FROM THE CDC (CENTER FOR DISEASE CONTROL) REGARDING HOW TO MANAGE YOUR SYMPTOMS:

- Stay home.
- Separate yourself from other people and animals in your home as possible.
- Call ahead before visiting your doctor or urgent care. We may be able to provide advice and guidance regarding when and where to go for appropriate evaluation and treatment.
- Wear a face mask if you have one, particularly if you need to share a room, vehicle or doctor's waiting room.
- Cover your cough and sneezes.
- Do not share household items.
- Clean your hands often, particularly after touching your mouth, nose or coughing/sneezing.
- Clean "high touch" surfaces frequently, particularly if shared with others.



MONITOR FOR THE FOLLOWING:

- Monitor for difficulty breathing. Minor chest discomfort and sensation of shallow breathing can occur; call your provider or seek medical attention if it worsens and you have trouble breathing. Use your inhalers every 4-6 hours if you have asthma or COPD.
- If symptoms persist, particularly if fever continues more than 2 days, call your physician as he may be able to arrange testing by the health department (currently testing is still limited and needs authorization by the Health Department).



YOU CAN FOLLOW THESE GENERAL RECOMMENDATIONS:

- Use acetaminophen (Tylenol™) for fever. Call your provider if persistently over 100.5 F° despite medication. Call your provider if you are allergic to acetaminophen.
- Use guaifenesin with or without dextromethorphan (Mucinex™, Mucinex DM™ or Robitussin DM™) for cough and congestion. Use tablets or sugar-free liquid if you are diabetic.
- Use cetirizine (Zyrtec™), loratadine (Claritin™) or fexofenadine (Allegra™) for congestion. Diphenhydramine (Benadryl™) can be used but may cause drowsiness.
- Do not take any of the above medications if you are allergic or have severe liver or kidney problems without asking your doctors.



WHEN DO I DISCONTINUE ISOLATION?

- If you have minor symptoms and are not tested for COVID-19, you can stop strict isolation two days after symptoms completely solve, but you should continue social distancing and most transmission-prevention recommendations.
- If you are diagnosed with COVID-19, do not stop home isolation until advised by your provider, even if you are feeling better.



GONZABA MEDICAL GROUP DOES NOT PROVIDE CO-VID19 (CORONAVIRUS) TESTING.

RESPIRATORIO

RECOMENDACIONES



El Grupo Médico Gonzaba y las agencias de salud recomiendan en estos momentos que usted **se quede en casa si tiene fiebre y tos sin dificultad para respirar.**

Actualmente las salas de espera y los departamentos de urgencias y emergencias pudieran convertirse en lugares donde la infección viral conocida como COVID-19 (Coronavirus) pudiera ser transmitida fácilmente, y por lo tanto en estos momentos recomendamos que es mejor quedarse en casa excepto en casos de **absoluta necesidad**. **Gonzaba Medical Group: (210) 921-3800 • COVID-19 hotline: (210) 207-5779.**

AQUÍ ESTÁN LAS RECOMENDACIONES DE LA CDC (CENTRO PARA CONTROL DE INFECCIONES) EN CÓMO MANEJAR SUS SÍNTOMAS:

- Favor de quedarse en casa en aislamiento estricto.
- Separarse de otras personas y animales en su casa tanto como sea posible.
- Hablar por adelantado antes de visitar a su doctor o departamento de urgencias. Es posible que podamos asistirle y guiarle por teléfono acerca de cuándo y a dónde buscar atención médica en caso necesario.
- Utilice, si tiene, máscara protectora al salir de la casa, particularmente si comparte algún vehículo, habitación o área de espera con otras personas.
- Cubra su boca al toser y estornudar.
- No comparta platos, utensilios y contendores para alimentos y bebidas.
- Lávese las manos frecuentemente (hasta los codos), particularmente después de tocar su boca, nariz o al toser y estornudar.
- Limpie frecuentemente superficies que sean tocadas frecuentemente por usted u otros.



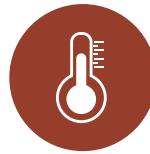
DEBERÁ USTED VIGILAR LO SIGUIENTE:

- Monitorice por dificultad respiratoria. Dolores torácicos menores y sensación de falta de aire menores son esperados en la infección por COVID-19 y generalmente mejoran por sí mismos. Llame a su proveedor médico o busque atención médica si usted empeora y tiene dificultad respiratoria significativa.
- Utilice sus inhaladores si tiene asma o bronquitis crónica (COPD).
- Si los síntomas persisten, principalmente si tiene fiebre por más de dos días, hable a su proveedor médico ya que pudiera asistir a realizar exámenes de COVID-19 con el Departamento de Salud (en estos momentos los exámenes están restringidos y se requiere referencia aprobada e iniciada por un médico para poder obtenerla). **EL GRUPO MÉDICO GONZABA NO CUENTA EN ESTOS MOMENTOS CON LA INFRAESTRUCTURA NECESARIA PARA REALIZAR EL ESTUDIO DE CORONAVIRUS.**



FAVOR DE SEGUIR LAS SIGUIENTES RECOMENDACIONES:

- Puede utilizar acetaminofén (Tylenol™) por fiebre. Hable a su proveedor médico si la fiebre persiste arriba de 100.5 F° a pesar de la medicina. Consulte con su médico si usted es alérgico al acetaminofén.
- Utilice guaifenesina con o sin Dextrometorfano (Mucinex™, Mucinex DM™ o Robitussin DM™) por tos con o sin flema. Utilice tabletas o jarabes sin azúcar si es usted diabético.
- Puede utilizar diphenidramina (Benadryl™) pero esta medicina puede causar adormecimiento.
- Utilice cetirizina (Zyrtec™), loratadine (Claritin™) o fexofenadine (Allegra™) por congestión nasal.
- No tome ninguna de las medicinas anteriores si usted es alérgico(a) a ellas, o si tiene usted problemas renales o hepáticos sin hablar con su proveedor médico.



¿CUÁNDΟ TERMINO EL AISLAMIENTO ESTRICTO O CUARENTENA?

- Si usted tiene síntomas menores y no fue estudiado(a) para el Coronavirus, puede usted terminar el aislamiento estricto dos días después de que sus síntomas hayan desaparecido completamente.
- Si usted fue diagnosticado con el COVID-19 con exámenes médicos, no termine el aislamiento estricto hasta que sea aprobado por su médico y las autoridades de salud, inclusive si usted se siente completamente recuperado o recuperada.

