



CONSEJOS PARA PACIENTES CON ICTUS

Ante el impacto de la epidemia que estamos viviendo, consideramos que es importante aconsejar a los pacientes bajo tratamientos y cuidados por haber padecido un ictus, con el objetivo de aclarar dudas y facilitar que estén preparados ante cualquier incidencia.

1 SIGA Estrictamente las recomendaciones establecidas por el Sistema Nacional de Salud de cara a limitar la propagación de la infección. El riesgo de contraer la enfermedad en pacientes con ictus depende de estar expuesto a un sujeto infectado. En la actualidad se desconoce si tener una enfermedad cerebral facilitaría el contagio, aunque no parece probable.

2 NO ABANDONE SU MEDICACIÓN HABITUAL. No hay evidencia de que sea necesario el abandono o cambio de ninguno de los fármacos usados para el tratamiento de la tensión arterial ni otros. Procure tener un suministro adecuado evitando así desplazamientos innecesarios.

3 CONTROLE COMO HASTA AHORA AQUELLOS FACTORES DE RIESGO que su doctor le haya indicado debe vigilar.

4 CUIDE SU ALIMENTACIÓN Y HAGA EJERCICIO DIARIAMENTE. Puede sustituir sus paseos por ejercicio en bicicleta estática o cinta de andar, o en su defecto caminar en el domicilio.

5 EVITE DESPLAZAMIENTOS a su centro de salud. La mayoría de los Servicios han habilitado alternativas de consulta como las telefónicas.

6 PROCURE MANTENER LA CALMA. Ocupe su tiempo y mantenga el contacto con otras personas.

7 ANTE CUALQUIER SÍNTOMA DE ALARMA (pérdida de fuerza en un lado del cuerpo, dificultad para hablar, pérdida de visión brusca) llame al 112.