

Consejos para prevenir infecciones en personas inmunocomprometidas:

- Lavarse muy bien las manos, tanto usted como su entorno, es la mejor manera de prevenir la propagación de cualquier infección.
- Debe evitar los sitios muy concurridos y también el contacto estrecho con personas enfermas (es decir, que tengan un resfriado, fiebre o tos, o que vivan con alguien con estos síntomas). O al menos usar mascarilla en estos casos.
- Utilice preferentemente pañuelos desechables.
- Protéjase de las cortaduras: sea muy cuidadoso cuando use objetos cortantes o punzantes y use guantes y pantalones largos cuando haga trabajos de jardinería, bricolaje o limpieza.
- No manipule tampoco los desechos de sus mascotas sin guantes.
- Si a pesar de todo sufre algún rasguño o herida, lávela bien, aplíquese algún antiséptico y protéjela.
- Dúchese o báñese todos los días con agua tibia y jabón suave.
- Cepíllese los dientes varias veces al día con un cepillo suave, evitando sangrado.
- No corte cutículas ni uñas encarnadas. Si tiene dificultad para cortarse o limarse las uñas de los pies, un podólogo puede ayudarle. Puede usar esmalte de uñas, pero no uñas postizas.
- Evite compartir comida o utensilios (cubiertos, vasos, platos, servilletas, pañuelos...) sin limpiarlos adecuadamente.
- Atienda el calendario de vacunas que le haya indicado su médico.