

Medidas de prevención contra la Conjuntivitis

Escrito por Rafael Paez

Lunes 12 de Junio de 2017 10:46 - Ultima actualización Lunes 12 de Junio de 2017 11:11

CONJUNTIVITIS



En la actualidad tenemos frecuentemente una epidemia de conjuntivitis por lo que compartí con ustedes parte de mi experiencia como médico subtitrota que ha trabajado por más de 20 años en el seno de una comunidad de nuestro país. A la fecha van más de 40 mil casos registrados

La conjuntiva es la membrana transparente que cubre al ojo. La conjuntivitis es la inflamación de esa membrana.

TIPOS DE CONJUNTIVITIS:

Viral (en este caso es de tipo Adenovirus)

Bacteriana

Alérgica

Contacto físico con cualquier tipo de partículas

SINTOMAS

Erojecimiento, sensación de arenoso o cuerpo extraño en los ojos, ardor, sensibilidad a la luz, edema de los párpados, picazón, visión borrosa, lagrimeo, secreción (si es bacteriana)

TRATAMIENTO

En estado general

- ✓ Mantener la higiene lavando los ojos con un jabón neutro especial para los niños o usando shampoo de uso de bebé que no irritan los ojos.
- ✓ Lavarse la cara
- ✓ El lavado debe hacerse con agua que podamos usar para tomar y para secar tener una toalla especial para esos fines limpia perfectamente desechable
- ✓ Si la conjuntivitis es viral solo usar lubricantes indicados por el médico y si hay malestar general los analgésicos recomendados.
- ✓ En caso de que sea bacteriana entonces se procede a usar gotas con antibióticos y anti inflamatorio con las demás medidas

MEDIDAS PREVENTIVAS

- ✓ Evitar tocarse los ojos con las manos
- ✓ Usar pañuelos descartables
- ✓ Evitar el contacto con los afectados
- ✓ Evitar los saludos y tocar las superficies (pasamanos de escaleras o pasillos, manubrios de puertas, no tocar la puerta con las manos al salir de los baños públicos, precaución con los teléfonos comunes); tampoco se deben compartir artículos personales que entren en contacto con los ojos y la cara.
- ✓ Desinfectar adecuadamente los instrumentos de uso común.
- ✓ Lavarse las manos constantemente. Si es un personal de salud cada vez que atienda a un paciente debe hacerlo.
- ✓ Si es un personal de la salud cambiar la sabana de las camillas cada vez que examina a un paciente
- ✓ Al estornudar hágalo colocando el pliegue interno del codo sobre la boca

LO QUE NO SE DEBE HACER

- ✓ Usar la famosa espuelitas.
- ✓ Gotas viejas usadas anteriormente.
- ✓ Remedios caseros

Para evitar el contagio masivo en caso de presentarse conjuntivitis en cualquier centro de congregación de personas: escuelas, oficinas, centro de trabajo de cualquier tipo, se debe enviar a su hogar para que acuda al médico y generalmente el periodo de licencia oscilara entre 3 a 10 días según la severidad del caso o que se haya complicado.

Se espera en las próximas semanas un descenso marcado de los afectados por conjuntivitis

RECOMENDACIONES GENERALES

- ✓ No se esfuercen tanto por dar la mano al saludar,
- ✓ Evitar saludo de beso, mejilla.
- ✓ Apelar al saludo japonés(solo inclinación de la cabeza) aunque nos olvidemos un poco de nuestra efusividad como Dominicanos



¡MANTENGA LA HIGIENE!

Dra. Rosel Fernández
Vice decana Facultad de Ciencias de la Salud
Medico Salubrista, Bioanalista, Bioquímica Inmunóloga