

SOLICITUD MEDICA OXÍGENO

Sede: Servisalud QCL Campin

Fecha de Atención: 05/08/2024

Paciente: LUCY BARAHONA DEBARBOSA
Contrato: FOMAG-SERVISALUD QCL AV CL 116
Tipo de Usuario: COTIZANTE
Dirección: CL 146 1953 AP 102
Solicitada por: DIEGO ALEJANDRO ZULUAGA
HERNANDEZ

ID: CC20172321
Plan: OTROS
Sede Afiliador: Servisalud QCL 116
Teléfono: 0 625820 30 / 3002728688
Dx: I500 - INSUFICIENCIA CARDIACA CONGESTIVA

Sexo: F
Semanas: 100
Rango: 1

Metodo	Flujo L/m	Indicaciones
Canula Nasal	2	OXIGENO DOMICILIARIO A 2 LT X MINUTO PARA 18 HORAS DIARIAS. FORMULA POR 6 MESES.

Profesional: DIEGO ALEJANDRO ZULUAGA HERNANDEZ - RM No. 1130619052 - Firmado Electrónicamente.

Datos de impresión - Fecha: 05/08/2024 - Hora: 16:51 PM -

INDICACIONES MEDICAS

Sede: Servisalud QCL Campin

Fecha de Atención: 05/08/2024

Paciente: LUCY BARAHONA DEBARBOSA	ID: CC20172321	Sexo: F
Contrato: FOMAG-SERVISALUD QCL AV CL 116	Plan: OTROS	Semanas: 100
Tipo de Usuario: COTIZANTE	Sede Afiliado: Servisalud QCL 116	Rango: 1
Dirección: CL 146 1853 AP 102	Telefono: 0 625820 30 / 3002728688	
Solicitada por: DIEGO ALEJANDRO ZULUAGA HERNANDEZ	Dx: I500 - INSUFICIENCIA CARDIACA CONGESTIVA	

Indicaciones

1 RECOMENDACIONES MÉDICAS GENERALES Y PLAN DE MANTENIMIENTO DE SALUD

Descanse y duerma lo suficiente en las noches (aproximadamente 8 horas). Siga una dieta balanceada y practique su ejercicio favorito. Evite periodos largos de ayuno. Evite el consumo de AZUCAR añadida, edulcorantes artificiales, enlatados, alimentos ultra procesados, gaseosa o bebidas oscuras, tales como coca cola y te negro. Evite el consumo excesivo de carbohidratos, grasas saturadas, aceites vegetales, y margarinas. Se recomienda consumo entre frutas y verduras 5 porciones al día. Evite el alcohol, el consumo de tabaco o cigarrillos tradicionales o electrónicos (vapeadores). Evite el uso de drogas recreativas o alucinógenas. Realice actividades relajantes y de ocupación del tiempo libre, estos le ayudarán a tener una autoestima adecuada, a pensar mejor para solucionar sus problemas diarios. Evite exponerse a ruidos o estímulos visuales fuertes. No se automedique. Siga la prescripción médica por horario de forma continua. Realice actividad física al menos 30 minutos diarios, si no tiene discapacidades que se lo impida; al momento de iniciar las actividad física iniciar la de acuerdo con su estado físico, no se demande en ejercicio excesivo si no está entrenado. Lavarse las manos con frecuencia. Use bloqueador solar a diario 3 veces al día y evite la exposición a rayos ultravioleta de 10 am a 3 pm. Se dan recomendaciones sobre hábitos de higiene postural. Se hace consejería en exposición a sustancias, prevención de lesiones, abuso, caídas y violencia. Asesoría en enfermedades de transmisión sexual. Consejería sobre uso del tiempo libre. Consejería de manejo de estrés y factores de riesgo laborales. Se direcciona a vacunación para completar esquema de vacunación recomendado según edad (vph, influenza anual, neumococo cada 5 años, aplicación de vacuna para herpes zoster, vacuna para covid). Seguir las recomendaciones del médico, recuerde que de usted también depende la recuperación. Cuando la sintomatología persista, más de 3 días, después de iniciado el tratamiento, debe volver a consultar con su médico.

2 SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTAR A URGENCIAS:

Alteración del estado de conciencia: está desorientado, habla incoherencias, está muy dormido y no despierta con el llamado. Pérdida de la fuerza o la sensibilidad de alguna parte del cuerpo o de todo un lado del cuerpo. Aparición de asimetría facial o alteración en el lenguaje: la mitad de la cara se le tuerce, habla enredado y no se le entiende, hay dificultades para expresarse o hablar. Dolor de cabeza intenso que no ceda con analgésicos o sensación del peor dolor