

DIARREA

Todas las medidas que debe seguir para aliviar la diarrea producida por su tratamiento

©Copyright Fundación GEDEFO

D.L.:B-9099-2009



Nombre del paciente

¿POR QUÉ ES NECESARIA SU COLABORACIÓN?



- Los medicamentos que recibe pueden producir diarrea.
- Se considera diarrea a tres o más deposiciones diarias.

¿QUÉ MEDIDAS GENERALES DEBE TOMAR?

- Beba abundantes líquidos, mínimo dos litros diarios, a temperatura ambiente.
- Evite tomar café, té, alcohol o leche y derivados.
- Lave la zona rectal después de cada deposición con agua templada y jabón suave, y seque bien la zona.
- Sólo si lo indica su médico puede tomar medicamentos para tratar la diarrea.
- Procure llevar una vida tranquila.



CONSEJOS:



- Coma cantidades pequeñas y repartidas en cinco o seis veces al día.
- Tome una dieta blanda a base de: pollo hervido, arroz blanco, pure de patatas y/o zanahorias, manzana asada, plátano.
- Cuando la diarrea empieza a disminuir, incorpore a su dieta dos yogures al día para regenerar la flora intestinal.
- Introduzca de forma progresiva los alimentos de su dieta habitual.
- Evite los refrescos con gas, es preferible que tome zumos de manzana.

PRECAUCIONES:

Contacte con su médico si:

- La diarrea persiste con seis o más deposiciones, o durante más de dos días.
- Observa en la zona anal heridas, fisuras o sangre en orina o heces.
- Se le hincha o aparece dolor en el abdomen.
- Consulte con su médico o farmacéutico en el hospital, si usted o sus familiares desean más información.

