

Vacunas y la gripe

Síntomas de la gripe

“Gripe” es un término que se utiliza para hacer referencia a varios virus de la gripe. Debido a que usted padece cáncer, tiene mayores riesgos de sufrir complicaciones como consecuencia de la gripe, que en ocasiones podrían requerir que sea hospitalizado. Los síntomas seudogripales (parecidos a los de la gripe) también pueden ser un signo de una infección sumamente grave que no sea una gripe y que podría llevar a la hospitalización e incluso la muerte del paciente.

Si tiene cualquiera de los siguientes signos o síntomas, llame a su médico de inmediato:

- Temperatura de 100.4 °F (38 °C) o más
- Dolor de cabeza
- Dolores en el cuerpo
- Escalofríos
- Cansancio
- Tos
- Dolor de garganta
- Goteo nasal (rinitis) o congestión nasal
- Vómito
- Diarrea

Vacuna antigripal

Es frecuente que el sistema inmunitario de las personas que reciben quimioterapia se encuentre debilitado. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan que las personas con cáncer se pongan la vacuna antigripal estacional inyectable tan pronto como esta vacuna esté disponible. Esto lo ayudará a evitar contraer la gripe. Converse con su médico o enfermero acerca de cuándo debe ponerse la vacuna antigripal.

A continuación, se mencionan otras medidas que puede tomar para protegerse contra la gripe:

- Asegúrese de pedir la vacuna antigripal estacional inyectable y no la vacuna antigripal en forma de aerosol nasal. La vacuna antigripal inyectable está compuesta por virus inactivos (muertos), mientras que las vacunas en forma de aerosol nasal contienen virus vivos. La vacuna antigripal es más segura para aquellas personas cuyo sistema inmunitario se encuentra débil.
- Pregúntele a su médico si también debe ponerse la vacuna antineumocócica contra la neumonía. La gripe puede llevar a enfermedades más graves, como la neumonía, que pueden poner en peligro la vida de las personas con un sistema inmunitario débil. Esta vacuna lo protegerá de ciertos tipos de neumonía y meningitis.
- Desarrolle buenos hábitos de salud para detener la propagación de microbios.
- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude. Arroje el pañuelo a la basura después de utilizarlo.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón. Si no hay jabón y agua, utilice un gel desinfectante a base de alcohol para las manos.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca. Los microbios se transmiten de esta manera.
- Trate de evitar a las personas que parezcan enfermas.

Vacunas y la gripe

- Evite los lugares muy concurridos. Si sale a sitios públicos, trate de evitar situaciones en las que podría estar en estrecho contacto con personas que puedan estar enfermas. Por ejemplo, está bien que coma en un restaurante o vaya al cine, pero debe evitar las situaciones en las que se encuentre en medio de una multitud.

Tratamientos para la gripe

Si comienza a tener síntomas seudogripales, puede ser útil que siga estos consejos:

- Comuníquese con su médico o enfermero DE INMEDIATO (en el transcurso de la siguiente hora) y siga sus instrucciones. Los síntomas seudogripales también pueden ser un signo de una infección muy grave que no sea una gripe y que podría llevar a la hospitalización e incluso la muerte del paciente.
- Tome medicamentos antivirales contra la gripe si su médico se los receta.
- Si tiene que acudir al consultorio del médico o a la sala de emergencias, es MUY IMPORTANTE que le explique de inmediato al personal que usted está recibiendo quimioterapia y que cree que puede tener gripe. Esto se debe a que los síntomas seudogripales también pueden ser el signo de una infección grave y usted no debe permanecer en la sala de espera durante mucho tiempo. Las infecciones pueden volverse muy graves cuanto más tiempo se pase sin tratarlas.
- Consulte a su médico antes de tomar cualquier medicamento. Esto incluye acetaminofeno (como Tylenol®) o ibuprofeno (como Advil®).
- Cúbrase la boca con un pañuelo cuando tosa o estornude.

Si su médico le diagnostica gripe, siga estas recomendaciones:

- Trate de quedarse en casa lejos de otras personas en la medida de lo posible para evitar contagiarles la gripe (al menos 24 horas después de que se le haya pasado la fiebre). Esto significa que puede tener que quedarse en casa y no ir a trabajar o a clases, cancelar sus planes de viaje, y evitar ir de compras y asistir a eventos sociales. Sin embargo, NO incluye salir por razones médicas o para atender otras necesidades.