

RECOMENDACIONES AL ALTA PARA URTICARIA

Usted ha sido diagnosticado de una Urticaria. Se trata de una reacción alérgica que puede tener un desencadenante conocido o desconocido. Para su manejo domiciliario le recomendamos:

- DEBE EVITAR LAS SIGUIENTES SITUACIONES: El calor excesivo, los cambios de temperatura, el ejercicio físico intenso, las ropas muy apretadas, las ropas de lana o sintéticas directamente sobre la piel (usar prendas de algodón).
- Evite la ingesta de alcohol.
- No tome ASPIRINAS ni otros antiinflamatorios no esteroideos.
- Puede usar como analgésico PARACETAMOL.
- EVITE LOS SIGUIENTES ALIMENTOS: Fresas, melocotón, piña, plátano, melón, espinacas, chocolate y derivados del cacao, fresa y vainilla. Frutos secos: nueces, almendras, cacahuètes, pipas de girasol, etc. Mariscos y crustáceos: gambas, almejas, cangrejos, etc. Pescado azul: atún, bonito, caballa, pez espada, sardina, etc. Conservas, embutidos y quesos fermentados. Salsas preparadas: mayonesa, mostaza, ketchup, tomate frito, etc. Refrescos coloreados (preferible tomar zumos, a ser posible, naturales). No use colorantes en las comidas.

Observación domiciliaria:

Volverá a urgencias si aparece edema de cara, labios, lengua o úvula, sensación de ahogo, dificultad para la deglución, sensación de mareo o visión borrosa.