



Respiratory Illnesses

Post-Hospital Discharge Checklist

Medicines

- Take all medicines as ordered (inhalers, antibiotics, etc.)
- Use inhalers the right way
- Do not skip doses

Breathing Care

- Take slow, deep breaths often
- Use breathing tools if given (like a spirometer)
- Rest when needed

Home Care

- Avoid smoke, dust, and strong smells
- Stay away from sick people
- Wash your hands often

Fluids & Food

- Drink plenty of water
- Eat light, healthy meals

Follow-Up

- Go to all doctor visits
- Get vaccines if your doctor suggests (like a flu shot)

Get Help Right Away

- If you have trouble breathing or shortness of breath
- If you have chest pain
- If your lips or face turn blue
- If you have a fever that does not go away





Enfermedades respiratorias

Lista de verificación posterior al alta hospitalaria

Medicamentos

- Tome todos los medicamentos según lo indicado (inhaladores, antibióticos, etc.).
- Use los inhaladores de la manera correcta.
- No se salte ninguna dosis.

Cuidado de la respiración

- Respire lenta y profundamente con frecuencia.
- Use instrumentos de respiración, si se administran (como un espirómetro).
- Descanse cuando sea necesario.

Atención en el hogar

- Evite el humo, el polvo y los olores fuertes.
- Manténgase lejos de las personas resfriadas.
- Lávese las manos con frecuencia.

Bebidas y alimentos

- Beba mucha agua.
- Coma alimentos ligeros y saludables.

Seguimiento

- Asista a todas las consultas médicas.
- Vacúnese si su médico lo sugiere (como la vacuna contra la gripe).

Obtenga ayuda de inmediato

- Si tiene problemas para respirar o le falta el aire.
- Si siente dolor en el pecho.
- Si los labios o la cara se vuelven azules.
- Si tiene fiebre que no desaparece.

