



Encuentro: 555596

Fecha: 05-06-2019

Orden de Indicaciones

Nombre: Andreas Pascal Lafferte
Rut: 19986513-7
Sexo: Masculino
F. Nacimiento: 1999-04-25
Edad: 20
Direccion: Pirihueico
Previsión:

Atención: Consulta Medicina General
Prestador: Felipe Solís Soto
Rut Prestador: 17265014-7
Fecha: 2019-06-05
Nro. Atención: 555596
Centro: LA CISTERNA

Recibido
- 6 JUN 2019

Diagnostico

Trastorno ansiedad/crisis de angustia/Trastorno sueño Influenza (gripe)

*Falto: Teoría de estratificación
y desigualdades
(Barotet)*

Indicaciones

- realizo educacion
- reposo relativo en domicilio desde el 04 junio hasta el 6 de junio
- regimen comun a tolerancia
- Realizo consejeria
- realizar actividades recreativas al aire libre/deporte

Fco:

Ansiedad:

- Clotiazepam 5mg (dilasedan/rize), cada 24 horas v.o., o SOS en caso de crisis de angustia por 1 mes

Sueño:

- Clonazepam 10mg en la noche por 14 dias

Si fiebre/dolor:

- Paracetamol 1gr, cada 8 horas v.o. por 10 dias.
- Ibuprofeno 400mg, cada 8 horas v.o. por 5 dias.

Si tos/congestion nasal:

- Flemex forte/Tusigen, 10ml cada 8 horas v.o. por 7 dias
- Aseo nasal frecuente, idealmente uso de Fisiolimp/fisiomar una aplicación en cada fosa nasal 2-3 veces al día

Higiene del sueño

- Horarios de sueño, acostarse a la misma hora todos los días. La cama es exclusivamente para dormir, (no para ver television, no para comer, no para estudiar/trabajar). Debe procurar un ambiente propicio para el dormir: disminuir al máximo ruido y luz ambiental. Si es preciso, use tapones o antifaz para dormir.
- La última comida debe ser al menos 2 horas antes de la hora estimada de sueño
- Evitar siestas; dificultan el sueño nocturno
- Realice actividad física: al menos 30 min de actividad física moderada a intensa al menos 5 veces a la semana
- Consultar en Servicio de urgencia en caso de fiebre que no responda a medicacion, sensacion de ahogo, respiracion acelerada, retraccion costal, compromiso de conciencia.

Control en 2 semanas o SOS.

Control con resultado de exámenes.

*Sociología del género
Inglés pre-intermediate A
sección 11*

*CF6 Producción
regular del
Habitat*

Felipe A. Solís Soto
D. FELIPE A. SOLÍS SOTO
Médico Cirujano
RUT: 17.265.014-7
RCM: 42125