

Proveedores de Salud del Condado de Tehama que aceptan Medi-Cal:

Lassen Medical Group — 527-0414

2450 Sister Mary Columba Dr., Red Bluff

Greenville Rancheria — 528-8600

1425 Montgomery Rd., Red Bluff

Red Bluff Medical Clinic — 528-2420

658 Washington St., Red Bluff

Cottonwood Medical Group — 347-4867

20633 Gas Point Rd., Cottonwood

Corning Medical Associates — 824-4663

155 Solano Street, Corning

Los Molinos Family Health — 384-2372

7883 Highway 99E, Los Molinos

****Esta no es una lista completa****

Llame hoy al proveedor de salud de su gusto y pregunte si ellos aceptan clientes de Medi-Cal.

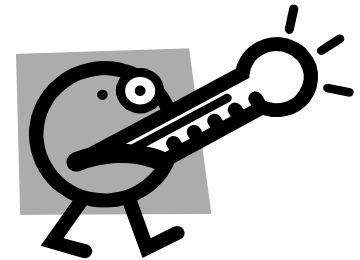
Para saber acerca de bajo costo y no costo para seguro medico, contacte al Servicio Social del Condado de Tehama para información de Medi-Cal al **527-1911** o al programa Medi-Cal/Healthy Families al **1-800-880-5305**.



Los panfletos **Salud Escolar 2008-2009** son producidos por el Departamento de Educación del Condado de Tehama y es revisado por las enfermeras del condado.

SALUD ESCOLAR 2008-2009

Infección de la Garganta



Una guía rápida para los estudiantes, padres de familia y los educadores para reconocer y tratar la bacteria del Estreptococos.

¿Como puedo saber si es inflamación, o solo un dolor de garganta?

La Infección de la Garganta, es causada por el grupo A de las bacterias del estreptococo, es una infección que usualmente requiere un tratamiento de antibióticos. Los dolores de garganta, mientras que son irritables (especialmente cuando son acompañados por resfriados), son usualmente causadas por un virus y se van por si mismos.

La siguiente lista de síntomas han sido listadas comúnmente por pacientes que han sufrido infecciones de la garganta:

- Dolor de Cabeza
- Dificultad al tragar
- Perdida de apetito y nausea
- Machas rojas y blancas en la garganta
- Sarpullido
- Inflamación o hinchazón de las glándulas en la nuca
- Engrandecimiento y enrojecimiento de las amígdalas.
- Dolor abajo del estomago
- Fiebre

No espere mucho para buscar cuidado medico. Aun si usted no cree que tiene síntomas de infección, es siempre aconsejable que vea a un doctor por cualquier condición que dure por mas de 3 días. Si usted no esta seguro, pregúntele a la enfermera de su escuela.

Que hay que hacer si usted sospecha una infección de la garganta:

Si usted piensa que tiene infección de la garganta, la única manera de asegurarse es que el doctor le haga una prueba rápida de la infección. Esto hará que el Doctor determine el curso apropiado del tratamiento, en base a si el resultado de la prueba de infección fue positivo o negativo.



Es mas que seguro que su doctor le prescribirá antibióticos si su prueba fue positiva. El tratamiento dura usualmente 10 días. **Es**

muy importante que usted termine toda la medicación para reducir el riesgo de una recurrencia.

Siga las ordenes del doctor acerca de cuanto se tiene que quedar en casa. Cuando este en casa, y aun después de regresar a la escuela, acuérdesese de mantener su cuerpo bien hidratado. Evite bebidas acidas que pueden irritar su garganta (por ejemplo, jugo de naranja, limonada y de toronja).

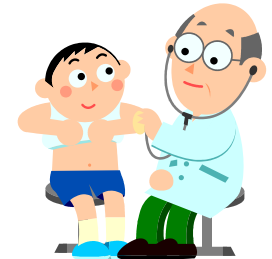
Como reducir el riesgo de infección:

Lávese las manos muy a menudo. Restriéguese con jabón y agua tibia por lo menos 20 segundos, después enjuagándose a fondo.

Evite tocar sus ojos, nariz, y boca.

Cubra su boca con una toallita higiénica cuando tosa o cuando estornude. Deshágase de la toallita higiénica inmediatamente y lávese las manos. *Si no hay toallitas higiénicas, tosa en su codo.*

No comparta con sus amigos, bebidas, botellas de agua, teléfonos celulares o aparatos de música.



Vaya a sus visitas medicas regulares con el doctor de la familia, para asegurarse que otros asuntos de salud no están incrementando su riesgo de infección.

Escuche a su cuerpo y sepa cuando es tiempo de ir a ver al doctor. La Infección, es una infección bacteriana y puede hacerse muy severa si no se trata a su debido tiempo.

Dormir bastante y una buena dieta saludable son esenciales para mantener un sistema

Para mas información acerca de las enfermedades de la niñez y conexiones a sus servicios, visite el Departamento de Salud de los Estados Unidos y Servicios Humanos a su sito de Internet:

<http://www.hhs.gov/children/index.shtml>