

Pediatric Associates of Alexandria After Hours Tip Sheet

This sheet has been designed to help you with questions which may arise when our office is closed and to help distinguish between what is an urgent and non-urgent problem. The on-call pediatrician will be available for urgent calls after hours. Review this information before calling the doctor to determine if a call is required. You may find the answer to your question or refer to the web links in our website. The following information is divided into topics based on symptoms.

Important resources:

American Academy of Pediatrics: aap.org
Poison Control: 800-222-1222

Fever

Fever is a normal response by your body to various causes (infections, vaccines). Our group defines fever in a child older than 3 months as a temperature > 101 F. There are many ways to take temperature including under the arm (axillary), rectally, orally, or in the ear. Keep track of your child's temperature and how you take the temperature. If your child has a fever, we recommend treating the fever only when the child is uncomfortable. In most cases the anti-fever medicine (Motrin, Advil, Tylenol, Feverall) will only bring the child's temperature down 1-2 degrees. In addition to fever reducers, you can give your child a lukewarm or tepid (water temperature of 85-90F) bath. Notify the on-call physician of your child's fever if it meets one of the criteria listed below:

Your child is younger than 2 months with a rectal temperature > 100.5F

Your child has a very high fever >104F

Your child is very lethargic (defined as inconsolable or unresponsive) despite giving an adequate dose of fever reducer.

*Fever resulting from an infection of < 104F is beneficial. It helps the body fight infections, turns on the body's immune system, and may help shorten the course of the illness.

*Fever reducers are only designed to make your child more comfortable. They treat the symptom of fever, not the cause of the fever. They will not stop your child from having a fever.

*On average, fever reducers take up to one hour to work.

Immunization Reactions:

When your child receives immunizations, it is quite common for him/her to have fever, discomfort, swelling and redness around the injection site. Before leaving the office, ask the nurse or doctor about expected reactions and possible remedies for symptoms. For fever treatment, refer to the previous section. In most cases immunization reactions are not emergencies.

When to call the on-call doctor:

If your child is unresponsive or has a fever > 105F after the immunization.

If the immunization site is very swollen, greater than 3 inches in size, or has a red streak running from the injection site.

Prescriptions and Antibiotics

The on-call doctor will not call in prescriptions or refills. In the best interest of the sick child, an examination should always be done first before any medications, if warranted, is prescribed. If you are concerned about your child's illness and think your child cannot wait until the morning to be evaluated, take your child to any emergency room or urgent care center. Also, if issues arise with a prescription at the pharmacy after hours, please do not call the physician on-call. These issues as well as refill requests are best handled in the morning when we have access to your child's chart in the office.

Vomiting

There are many illnesses that will cause vomiting and/or diarrhea. We commonly refer to these illnesses as viral gastroenteritis. In most cases, children do not need to be seen immediately for these symptoms. The most important thing you can do is keep your child hydrated. The best way to keep small children (< 3 years old) hydrated is with an oral rehydration liquid (Pedialyte). Older children can take water, flat ginger ale, or Gatorade. Avoid red or green colored drinks for it may artificially make the vomitus appear to be blood-stained or bile-stained. Also avoid drinks high in sugar such as apple juice. If your child has begun to vomit, let him/her rest for 1-2 hours then start with small sips of liquids (about 1 oz. every 15 minutes). Some children will continue to vomit, but in most cases the frequent small amount liquid will keep them hydrated.

We do not recommend any medications to control vomiting. These medicines may prolong the illness and cause unwanted side effects.

When to call the doctor on-call

If your child is unable to keep liquids down for several hours (6 hours for infants, 12 hours for older children).

If your child is having severe pain in his/her stomach with vomiting.

If the vomitus has blood or is green in color.

If your child is unresponsive, or appears very dehydrated (sunken eyes, not urinating for > 8 hours if your child is < 1 year old, or >12 hours if your child is > 1 year old).

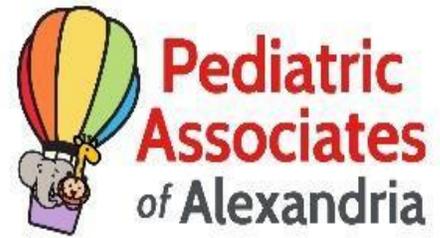
Diarrhea:

As with vomiting, diarrhea is most often caused by a viral gastroenteritis. The key is to keep your child hydrated as discussed in the above section. Avoid juices (esp. apple, pear, or prune juice) or any drinks high in sugar, for these types of drinks can worsen the diarrhea. For formula fed infant, continue normal feeds with a soy or lacto-free formula (the lactose in cows milk based formulas can worsen diarrhea). Continue breast feeds for a breast fed infant. For older children (>1 year old) give more starchy foods. In most cases, diarrhea is not an emergency and can be addressed during office hours.

We do not recommend any medication to stop diarrhea. These medications may prolong the illness.

When to call the doctor on-call:

If your child is having bloody stools.



If your child has become very dehydrated (sunken eyes, not urinating for >8 hours if your child is <1year old or >12 hours is your child is >1year old.)

Cough:

Cough is a normal response to most upper respiratory infections. With a few exceptions, you can treat your child at home. For children >2years old you may try over the counter cough medicine.

When to call the on-call doctor:

If your child is having trouble breathing or is breathing rapidly.

If your child has asthma or reactive airways and his/her breathing is not responding to breathing treatments given every four hours.

Nasal Congestion:

As with cough, many children may suffer from nasal congestion or runny nose. If your child is under 2 years old, please call our office during regular hours for dosing instruction on over the counter medicines. For children over 2 years old, please following dosing instructions on the box. Children of all ages will benefits from using a vaporizer or humidifier. Nasal congestion is not any emergency.

Earache and Sore Throat:

Both earaches and sore throats are not emergencies, but may need to be seen in the morning. Antibiotics, if warranted, will be prescribed after your child has been evaluated. If you feel that your child cannot wait until the morning to be seen, take him/her to an urgent care center. In the meantime, pain relievers and warm compresses may provide comfort.

Rash:

In most cases, rash or unusual skin changes are not emergencies. If you are concerned about a rash, please call during regular office hours. If your child has recently started a medicine and develops a rash, stop the medication and call the office in the morning.

When to call the on-call doctor:

If your child is very lethargic (defined as inconsolable or unresponsive) or with a high fever (>104F) and also has a new rash. This situation is considered an emergency. We recommend your child be seen immediately in an emergency room or urgent care facility.

If the rash is purple/blood-colored spots, or bright red and tender to the touch, or red streaks that are spreading or appears like a burn.

Pink Eye:

Conjunctivitis is commonly referred to as pink eye. Pink eye does not require immediate therapy in most cases. If your child has developed redness in the eye or discharge from the eye, please call our office in the morning. Until your child is seen, you can treat the eye with warm compresses or artificial tear drops (available in most drug stores). The tear drops can be used as often as needed to wipe away the discharge. Remember that conjunctivitis can be contagious so wash your hands after caring for your child. Medication, if warranted, will be prescribed after your child has been examined.

When to call the on-call doctor:

If your child sustained trauma to the eye.

If your child is unable to see form the eye or complaining of severe pain.

If your child cannot open his/her eye because of eyelid swelling. (You may need to wipe away the discharge with a warm washcloth to allow their eyes to open.)

Accidental Ingestions:

Please call the poison control number: 1-800-222-1222 for accidental ingestions. They are best equipped to answer all your questions.

Injuries:

In general, if your child has sustained a severe injury, you will need to bring him/her to an emergency room or urgent care center. A diagnosis can only be made after an evaluation of your child. The on-call doctor in most cases will only be able to give recommendations as to whether your child needs to be seen immediately or if your child's injuries can be addressed during regular office hours.

Constipation:

Constipation is not an emergency and can be addressed during office hours. To minimize the occurrence of constipation, provide a well balance diet to your child and make certain your child is well hydrated.

****This sheet has been designed to be an aid for you after hours. If you are still uncomfortable in managing your child's illness after hours after reviewing this information, please call us.****



Pediatric Associates of Alexandria Hoja de Consejos Fuera de Forario

Esta hoja ha sido diseñada para ayudarle con las preguntas que puedan surgir cuando nuestra oficina esté cerrada y para ayudarle a distinguir entre un problema urgente y no urgente. El pediatra de guardia estará disponible para llamadas urgentes fuera del horario de atención. Revise esta información antes de llamar al médico para determinar si es necesaria una llamada. Puede encontrar la respuesta a su pregunta o consultar los enlaces web en nuestro sitio web. La siguiente información está dividida en temas según los síntomas.

Recursos importantes:

Healthy Children.org <https://www.healthychildren.org/spanish/paginas/default.aspx>

Poison Control (Control de veneno): 800-222-1222

Fiebre

La fiebre es una respuesta normal del cuerpo a diversas causas (infecciones, vacunas). Nuestro grupo define la fiebre en un niño mayor de 3 meses como una temperatura > 101 F. Hay muchas formas de tomar la temperatura, incluso debajo del brazo (axilar), rectal, oral o en el oído. Lleve un registro de la temperatura de su hijo y de cómo se la toma. Si su hijo tiene fiebre, le recomendamos tratarla sólo cuando se sienta incómodo. En la mayoría de los casos, el medicamento contra la fiebre (Motrin, Advil, Tylenol, Feverall) sólo bajará la temperatura del niño entre 1 y 2 grados. Además de los antifebriles, puede darle a su hijo un baño tibio (temperatura del agua de 85 a 90 °F). Notifique al médico de guardia si la fiebre de su hijo cumple con uno de los criterios que se enumeran a continuación:

Su hijo tiene menos de 2 meses y tiene una temperatura rectal > 100.5 F

Su hijo tiene fiebre muy alta > 104F

Su hijo está muy letárgico (definido como inconsolable o que no responde) a pesar de darle una dosis adecuada de antifebril.

* La fiebre resultante de una infección de < 104 F es beneficiosa. Ayuda al cuerpo a combatir infecciones, activa el sistema inmunológico y puede ayudar a acortar el curso de la enfermedad.

* Los reductores de fiebre solo están diseñados para que su hijo se sienta más cómodo. Tratan el síntoma de la fiebre, no la causa de la fiebre. No evitarán que su hijo tenga fiebre.

* En promedio, los antifebriles tardan hasta una hora en hacer efecto.

Reacciones de vacunación

Cuando su hijo recibe vacunas, es bastante común que tenga fiebre, malestar, hinchazón y enrojecimiento alrededor del lugar de la inyección. Antes de salir del consultorio, pregunte a la enfermera o al médico sobre las reacciones esperadas y los posibles remedios para los síntomas. Para el tratamiento de la fiebre, consulte la sección anterior. En la mayoría de los casos, las reacciones a la inmunización no son emergencias.

Cuándo llamar al médico de guardia:

Si su hijo no responde o tiene fiebre > 105 °F después de la vacuna.

Si el sitio de la vacuna está muy inflamado, mide más de 3 pulgadas o tiene una raya roja que sale del sitio de la inyección.

Recetas y antibióticos

El médico de guardia no solicitará recetas ni recargará la medicina. Para el mejor interés del niño enfermo, siempre se deben realizar primero exámenes antes de prescribir cualquier medicamento, si está justificado. Si le preocupa la enfermedad de su hijo y cree que no puede esperar hasta la mañana para ser evaluado, llévalo a cualquier sala de emergencias o centro de atención de urgencia. Además, si surgen problemas con una receta en la farmacia fuera del horario de atención, no llame al médico de guardia. Estos problemas, así como las solicitudes de recarga, se manejan mejor por la mañana, cuando tenemos acceso al historial médico de su hijo en la oficina.

Vómitos

Hay muchas enfermedades que causarán vómitos y/o diarrea. Comúnmente nos referimos a estas enfermedades como gastroenteritis viral. En la mayoría de los casos, los niños no necesitan ser atendidos inmediatamente por estos síntomas. Lo más importante que puedes hacer es mantener a tu hijo hidratado. La



mejor manera de mantener hidratados a los niños pequeños (<3 años) es con un líquido de rehidratación oral (Pedialyte). Los niños mayores pueden tomar agua, ginger ale sin gas o Gatorade. Evite las bebidas de color rojo o verde, ya que pueden hacer que el vómito parezca artificialmente manchado de sangre o bilis. Evite también las bebidas con alto contenido de azúcar como el jugo de manzana. Si su hijo ha comenzado a vomitar, déjelo descansar durante 1 a 2 horas y luego comience con pequeños sorbos de líquido (aproximadamente 1 onza cada 15 minutos). Algunos niños seguirán vomitando, pero en la mayoría de los casos la pequeña cantidad de líquido frecuente los mantendrá hidratados.

No recomendamos ningún medicamento para controlar los vómitos. Estos medicamentos pueden prolongar la enfermedad y provocar efectos secundarios no deseados.

Cuándo llamar al médico de guardia

Si su hijo no puede retener líquidos durante varias horas (6 horas para bebés, 12 horas para niños mayores).

Si su hijo tiene dolor intenso en el estómago con vómitos.

Si el vómito tiene sangre o es de color verde.

Si su hijo no responde o parece muy deshidratado (ojos hundidos, sin orinar durante > 8 horas si su hijo tiene < 1 año, o > 12 horas si su hijo tiene > 1 año).

Diarrea

Al igual que los vómitos, la diarrea suele ser causada por una gastroenteritis viral. La clave es mantener a su hijo hidratado como se explicó en la sección anterior. Evite los jugos (especialmente el de manzana, pera o ciruela pasa) o cualquier bebida con alto contenido de azúcar, ya que este tipo de bebidas pueden empeorar la diarrea. Para los bebés alimentados con fórmula, continúe con la alimentación normal con fórmula de soya o sin lacto (la lactosa en las fórmulas a base de leche de vaca puede empeorar la diarrea). Continúe amamantando al bebé. Para niños mayores (>1 año), déles más alimentos con almidón. En la mayoría de los casos, la diarrea no es una emergencia y se puede tratar durante el horario de oficina.

No recomendamos ningún medicamento para detener la diarrea. Estos medicamentos pueden prolongar la enfermedad.

Cuándo llamar al médico de guardia:

Si su hijo tiene heces con sangre.

Si su hijo se ha deshidratado mucho (ojos hundidos, sin orinar durante >8 horas si su hijo tiene <1 año o >12 horas si su hijo tiene >1 año).

Tos

La tos es una respuesta normal a la mayoría de las infecciones de las vías respiratorias superiores. Con algunas excepciones, puedes tratar a tu hijo en casa. Para niños mayores de 2 años, puede probar medicamentos para la tos de venta libre.

Cuándo llamar al médico de guardia:

Si su hijo tiene problemas para respirar o respira rápidamente.

Si su hijo tiene asma o vías respiratorias reactivas y su respiración no responde a los tratamientos respiratorios administrados cada cuatro horas.

Congestión nasal

Al igual que ocurre con la tos, muchos niños pueden sufrir congestión nasal o secreción nasal. Si su hijo tiene menos de 2 años, llame a nuestra oficina durante el horario habitual para recibir instrucciones sobre la dosificación de los medicamentos de venta libre. Para niños mayores de 2 años, siga las instrucciones de dosificación que figuran en la caja. Los niños de todas las edades se beneficiarán del uso de un vaporizador o humidificador. La congestión nasal no es ninguna emergencia.



Dolor de oído y dolor de garganta

Tanto el dolor de oído como el de garganta no son emergencias, pero es posible que sea necesario atenderlos por la mañana. Se recetarán antibióticos, si se justifican, después de que su hijo haya sido evaluado. Si cree que su hijo no puede esperar hasta la mañana para que lo atiendan, llévelo a un centro de atención de urgencia. Mientras tanto, los analgésicos y las compresas tibias pueden brindarle comodidad.

Erupción

En la mayoría de los casos, las erupciones cutáneas o los cambios inusuales en la piel no son emergencias. Si le preocupa un sarpullido, llame durante el horario de oficina habitual. Si su hijo ha comenzado a tomar un medicamento recientemente y desarrolla un sarpullido, suspenda el medicamento y llame al consultorio por la mañana.

Cuándo llamar al médico de guardia:

Si su hijo está muy letárgico (definido como inconsolable o no responde) o tiene fiebre alta (>104F) y también tiene un sarpullido nuevo. Esta situación se considera una emergencia. Recomendamos que su hijo sea atendido inmediatamente en una sala de emergencias o en un centro de atención de urgencia.

Si la erupción tiene manchas moradas o de color sangre, o de color rojo brillante y sensible al tacto, o rayas rojas que se están extendiendo o parecen una quemadura.

Ojo rosa

La conjuntivitis se conoce comúnmente como conjuntivitis. La conjuntivitis no requiere tratamiento inmediato en la mayoría de los casos. Si su hijo ha desarrollado enrojecimiento en el ojo o secreción ocular, llame a nuestra oficina por la mañana. Hasta que atiendan a su hijo, puede tratar el ojo con compresas tibias o gotas de lágrimas artificiales (disponibles en la mayoría de las farmacias). Las lágrimas se pueden utilizar tantas veces como sea necesario para limpiar la secreción. Recuerde que la conjuntivitis puede ser contagiosa, así que lávese las manos después de cuidar a su hijo. Se recetarán medicamentos, si es necesario, después de que su hijo haya sido examinado.

Cuándo llamar al médico de guardia:

Si su hijo sufrió un traumatismo en el ojo.

Si su hijo no puede ver por el ojo o se queja de dolor intenso.

Si su hijo no puede abrir el ojo debido a la inflamación del párpado. (Es posible que tengas que limpiar la secreción con un paño tibio para permitir que se abran los ojos).

Ingestiones Accidentales

Llame al número de control de intoxicaciones: 1-800-222-1222 en caso de ingestión accidental. Están mejor equipados para responder a todas sus preguntas.

Lesiones

En general, si su hijo ha sufrido una lesión grave, deberá llevarlo a una sala de emergencias o a un centro de atención de urgencia. Sólo se puede hacer un diagnóstico después de una evaluación de su hijo. En la mayoría de los casos, el médico de guardia solo podrá dar recomendaciones sobre si su hijo necesita ser atendido de inmediato o si las lesiones de su hijo pueden tratarse durante el horario habitual de atención.

Constipación

El estreñimiento no es una emergencia y se puede tratar durante el horario de oficina. Para minimizar la aparición de estreñimiento, proporcione a su hijo una dieta bien equilibrada y asegúrese de que esté bien hidratado.