

## Patient Education

---

### COVID-19 出院醫囑 - 兒童

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

#### 關於本主題

2019 年冠狀病毒疾病也稱為 COVID-19。這是一種病毒性疾病，會感染肺部，係由一種稱為 SARS 相關冠狀病毒 (SARS-CoV-2) 的病毒引起。

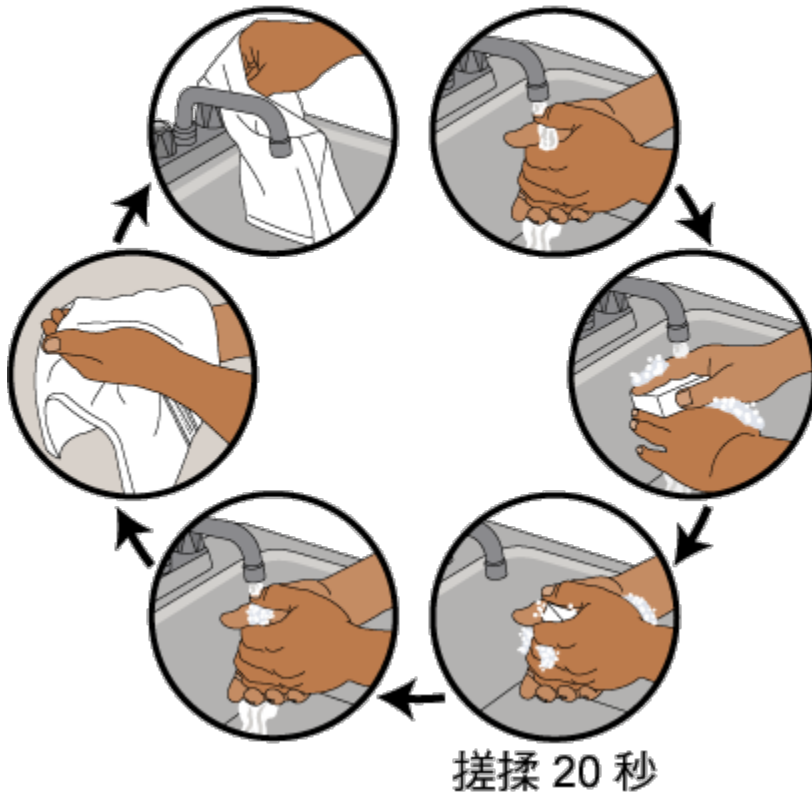
COVID-19 的徵狀通常在受感染後幾天開始。某些人需要更長時間才會出現徵狀。其他人從不會出現感染的徵狀。您的孩子可能出現咳嗽、發燒、寒顫及呼吸困難。您的孩子可能感到疲倦、肌肉疼痛、頭痛或喉嚨痛。有些孩子出現噁心或腹瀉。其他人則喪失嗅覺或味覺。嬰兒可能出現餵食困難。有些感染 COVID-19 的孩子在手指或腳趾上出現紅紫色斑點。您的孩子可能不會一直出現這些徵狀，而是在他們生病的時候反覆出現。

感染者交談、打噴嚏或咳嗽時，病毒很容易透過飛沫傳播。人們群聚交談、唱歌、擁抱、共享食物或握手時，就可能把病毒傳播給其他人。醫師確信該病菌還可在桌子、門把手和電話等表面存活下來。然而，這不是 COVID-19 常見的傳播方式。醫生認為即使人們沒有出現任何症狀也可能傳染，但是目前尚未知這是如何發生。正因如此，讓人群分開才是減緩病毒傳播的最佳方法之一。

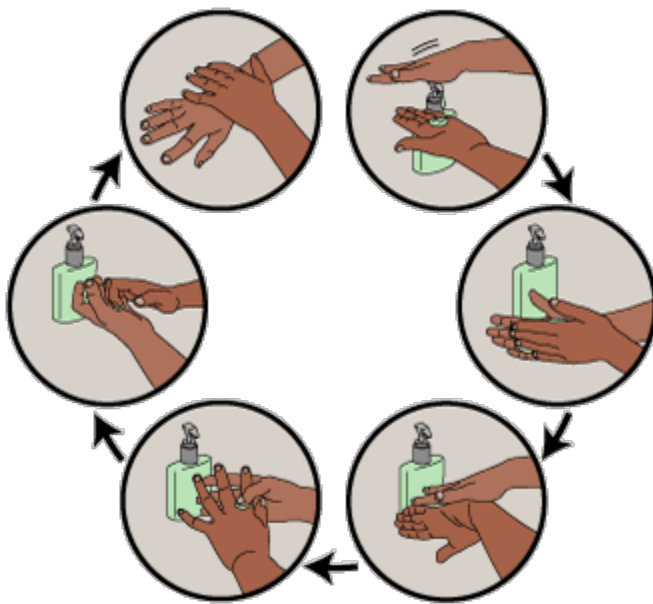
有些孩子的 COVID-19 病情較輕，可以待在家被照護並遠離其他人，直到好轉為止。其他人如果病情非常嚴重，可能需要住院治療。有些孩子全身也出現炎症。感染 COVID-19 的孩子必須與其他人隔離。當他們的醫師說這樣做安全時，他們就可以開始與別人相處。

#### Image Filename

# 洗手



# 洗手劑



家中需要哪些照護？

- 請洽詢您的醫師，瞭解您回家後應做些什麼。若您不懂醫師的意思，請務必詢問。
- 讓您的孩子飲用大量的水、果汁或清湯，以替代因發燒而流失的體液。
- 您可以在孩子的房間使用空氣加濕器，以協助減緩鼻塞與咳嗽。
- 年齡較大的孩子可能想在躺下時使用 2 至 3 個枕頭來支撐。這可讓孩子更容易呼吸及入睡。
- 勿在孩子周圍抽菸。
- 為減少將感染傳給他人的機率：
  - 2 歲以上的孩子應該**佩戴口罩遮住口鼻（如果他們周圍有其他人）**每個人都會生病。如果他們佩戴多層布製口罩，效果最好。
  - 幫助您的孩子經常洗手。
  - 讓您的孩子留獨立的房間，與他人保持距離。限制陪護人員的人數。僅在孩子接受醫療護理時帶其外出。
  - 若可能，請讓您的孩子使用隔離的浴室。
  - 讓您的孩子使用單獨的餐具、碗盤、寢具、毛巾及電子裝置。
  - 使用消毒劑時常擦拭經常接觸的物體。這些物體包括門把、電燈開關、遙控器、電話、鍵盤、檯面和桌面等。
  - 避免接觸寵物。
  - 避免讓訪客留在家裡。

### **需要哪些後續照護？**

- 醫師可能會要求您帶孩子回來複診，以確認他們的進展。請務必前往就診。確保您和 2 歲以上的孩子在就診時戴上口罩。
- 如果可以，請提前告知醫護人員您的孩子患有 COVID-19，以便他們特別小心以防止疾病傳播。他們可能會將您安排在單獨的房間中；或要求您在車上等他們給您打電話。
- 您孩子的健康狀況可能需要幾週才能恢復正常。

### **可能需要哪些藥物？**

醫師可能開藥物以：

- 改善發燒症狀
- 改善呼吸藥物

### **身體活動是否要受到限制？**

您的孩子可能需要限制身體活動。洽詢醫師，瞭解孩子的適當活動量。如果您的孩子過去曾患有 COVID-19 且病情非常嚴重，孩子需要一段時間才能恢復體力。

### **是否需要任何其他照護？**

醫師不知道自一個人生病後有多長的時間會將病毒傳播給其他人。正因如此，當您的孩子生病時讓其盡量留在一個單獨房間才會如此重要。目前，醫師在您的孩子生病後將給予一般指導。當您的孩子開始與其他人相處時，應該：

- 未服用退燒藥 3 天後不再發燒
- 沒有咳嗽或呼吸急促的症狀
- 在第一次出現症狀或第一次採檢陽性後至少等待 10 天，就不再出現上述症狀。一些專家建議等待 14 天。

有時醫師也希望他們至少間隔 1 天進行 COVID-19 採檢，且採檢呈現 2 次陰性。醫師也不知道他們是否會再次感染這種病毒。

### **可能有出現哪些問題的風險？**

- 體液流失。這稱作脫水。
- 短期或長期肺損傷
- 心臟疾患
- 死亡

### **可採取哪些預防措施以防止出現此健康問題？**

- 2 歲以上的孩子佩戴多層布製口罩或面罩遮住口鼻：
  - 當您離家外出。盡可能留在家裡。僅外出進食或領取藥物。如果您的孩子必須與他人相處，請盡量保持至少 6 英尺（1.8 公尺）距離。
  - 如果您感染 COVID-19 卻必須與其他人共處一室。當您感染 COVID-19 卻需與他人共處一室時，最好保持距離
  - 當您照顧家中的 COVID-19 感染者時。您可能需要戴手套。
  - 如果您出現 COVID-19 的症狀並與他人相處，最好在共處一室時保持距離。
  - 如果您是感染 COVID-19 的高風險族群並與他人相處。
- 每次取下布口罩或面罩後立即為您及孩子洗手。提醒您的孩子佩戴口罩時，不要接觸眼睛、鼻子或嘴巴。這在他們取下口罩時也是重要的事情。
- 只能拿著鬆緊帶處理口罩。使用後立即清洗，如果是一次性口罩則丟棄。

- 幫助孩子學習正確洗手的方法。洗手經常用肥皂與水洗手至少 20 秒，特別是在咳嗽或打噴嚏之後。使用含至少 60% 酒精的洗手劑也對殺滅病毒很有效。用洗手劑揉擦雙手，每次至少 20 秒。
- 避開人群。即使是小群體也可能有風險。避免前往遊樂場及進行遊戲約會。儘量留在家中。戶外的風險可能比室內群聚更小。
- 如果您的孩子確實需要在群體中與其他人相處，請教導他們關於社交距離的知識。嘗試至少保持 6 英尺（1.8 米）的距離。避免握手、擁抱和擊掌。孩子應避免接觸面部並經常洗手。
- 教導您的孩子在咳嗽或打噴嚏時用面紙遮住口鼻。他們也可以對著手肘咳嗽。接觸使用過的面紙之後，讓他們將面紙丟進垃圾筒並洗手。

### 何時我需要致電醫師求助？

- 感染徵候。這些症狀包括發燒至 38°C (100.4°F) 或以上、畏寒、咳嗽、更多痰或痰的顏色改變。
- 呼吸狀況漸趨惡化 - 呼吸比以前更困難或更急促，或您的孩子感覺吸入的空氣不足
- 當孩子以仰躺方式平躺時呼吸困難
- 您的孩子坐下時需要前傾上身以協助呼吸
- 您的孩子的手指或腳趾上出現紅紫色斑點
- 寶寶餵奶困難
- 指尖、指甲、皮膚或嘴唇為藍色

### 分享回饋：幫助您理解

反向教學法有助於您理解我們給您的資訊。洽詢醫護人員後，請用自己的話告訴他們您學到的事。這有助於確認醫護人員清楚說明了每件事。這也有助於解釋可能令人困惑的事項。在回家前，確認您能夠進行下列事項：

- 我可以向您敘述我孩子的狀況。
- 我可以告訴您如何幫助我的孩子更容易呼吸。
- 我可以告訴您我能如何避免將感染傳給他人。
- 我可以告訴您，若我的孩子呼吸困難、感到嗜睡或意識惑亂；或指尖、指甲、皮膚或嘴唇變藍，我會怎麼做。

消費者資訊使用與免責聲明:

此資訊並非特定的醫療建議，且無法取代保健服務提供者向您提供的資訊。這裡僅提供一般概要資訊。未囊括適用於您的關於身體狀況、疾病、傷害、檢測、手術、治療、療法、出院醫囑或生活習慣（方式）選擇等方面的全部資訊。您必須洽詢您的專業醫護人員，瞭解關於您健康狀況和治療方法選擇的完整資訊。這裡的資訊不能代替專業醫護人員的建議、指示或推薦療法。只有您的保健服務提供者最瞭解您的狀況並接受過專業訓練，可為您提供最恰當的建議和指引。

Last Updated 7/14/21



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.