

## Patient Education

---

### COVID-19 の退院指導、お子様の場合

本情報の正しい理解と利用のため、下記の「消費者情報の使用方法と免責事項」をよく読む必要があります。

### このトピックについて

新型コロナウイルス感染症は、COVID-19 としても知られています。肺に感染が生じるウイルス性疾患です。SARS関連コロナウイルス（SARS-CoV-2）と呼ばれるウイルスによって引き起こされます。

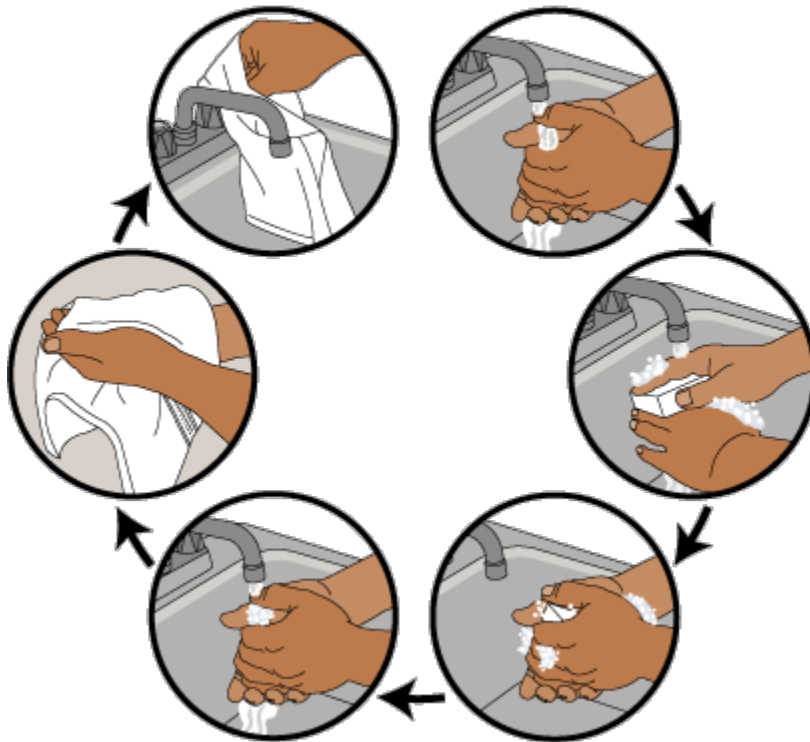
COVID-19の徴候は、ほとんどの場合、感染してから数日後に始まります。人によっては、徴候を示すまでに時間がかかります。感染の徴候が全くみられない人もいます。子供では、咳、発熱、悪寒の震えがあり、呼吸が困難になる場合があります。子供では、重度の疲労感、筋肉痛、頭痛、喉痛などが生じる可能性があります。嘔気や下痢を認める子供もいます。匂いや味覚がなくなる人もいます。赤ちゃんの場合は、授乳に問題が生じる可能性があります。COVID-19に感染した子供では、指やつま先に赤紫色の斑点ができる場合があります。こうした徴候は子供に必ず認められるわけではなく、病気にかかった際に現れたり消えたりする可能性があります。

他人の会話、くしゃみ、咳などでウイルスを含んだ飛沫が放出され、それが容易に拡散されます。人の近くで話す、歌う、人と抱き合う、食べ物を共有する、握手をするといった行為をとるときに、ウイルスを他人に感染させるおそれがあります。医師によれば、細菌はテーブル、ドアの取っ手、電話などの表面でも生存し続けるということです。しかし、これはCOVID-19が伝播する一般的な方法ではありません。医師は、人々に症状がなくても感染が広がる可能性があると考えていますが、それがどのように発生するのかは理解できていません。このため、他人と距離を置くことがウイルスの拡散を遅らせる最善の方法のひとつとなります。

軽症のCOVID-19小児患者であれば、気分が良くなるまで在宅し、他人に近づかないようにすることが可能です。重症の場合は入院が必要になることもあります。子供のなかには、全身に炎症が生じる場合があります。COVID-19に感染している子供は、他の人から隔離される必要があります。子供の主治医から安全であると診断された場合に限り、他人のそばに近づくことが可能となります。

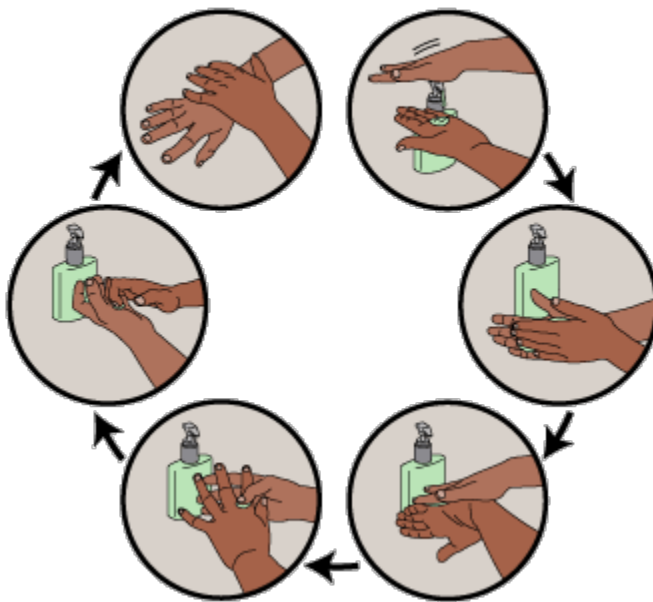
Image Filename

## 手洗い



20秒間こする

## 手の除菌



自宅ではどのようなケアが必要ですか？

- 退院後の注意事項について主治医に質問してください。主治医の説明がわからない場合は、必ず質問してください。
- 発熱で失われた水分を補うために、水、ジュース、またはスープを多めに子供に与えてください。
- 子供の鼻づまりと咳を緩和するために、低温ミスト式の加湿器を使ってもよいでしょう。
- 年齢が上の子供は、横になった際に2〜3個の枕を用いて自分の身体を支えたいと訴える場合があります。こうすることにより、睡眠時の呼吸が楽になる場合があります。
- お子様の周りでは喫煙しないでください。
- 他者への感染リスクを減らすには：
  - 2歳以上の子供の場合、あなたが感染していないすべての人の周りにはいる場合は、口と鼻にマスクを着用してください。マスクを着用するようにします。布製マスクは、複数の布の層からなるタイプが最も効果を発揮します。
  - お子様には、頻繁に手を洗わせます。
  - お子様を他の人から離れた別の部屋に待機させます。お子様を世話する人数を制限します。お子様が受診する場合のみ、外出するようにします。
  - 可能であれば、家族とは別のトイレを使用させます。
  - お子様には、家族とは別々の食器、調理器具、寝具、タオル、電子機器を使用させます。
  - 頻繁に触れる物品は消毒剤で拭き取ります。たとえば、ドアノブ、電灯のスイッチ、TVリモコン、電話、PCキーボード、台所、テーブルなどを消毒します。
  - ペットに触らないようにします。
  - 自宅に来客者を呼ばないようにします。

#### どのようなフォローアップケアが必要ですか？

- 主治医がお子様の回復過程をチェックするための通院を勧める場合もあります。その場合は必ず通院してください。これらの通院時には、あなたと2歳以上のお子様は必ずマスクを着用するようにしてください。
- 病院のスタッフが感染を防ぐために特別な措置を講じることができるよう、できれば事前にお子様がかかっていることを伝えてください。スタッフはあなたを別の部屋で待機させるかもしれません。または、あなたを呼ぶまでご自身の車で待つようお願いすることがあります。
- お子様の健康が回復するまでに数週間かかる場合があります。

## 必要となる可能性がある薬剤は何ですか

医師は次のような薬剤を処方する場合があります。

- 熱を下げる
- 呼吸しやすくする

## 運動制限はありますか

お子様の活動を制限する必要があるかもしれません。お子様にとって適切な活動量についてお子様の主治医に相談してください。お子様が COVID-19 による症状が重症であった場合、以前の体力が戻るのに時間がかかる可能性があります。

## その他の治療が必要ですか？

お子様が病気にかかっている場合、どれくらいの期間はウイルスが他人に感染する可能性があるのか、医師は判断できません。このため、お子様が病気にかかっている場合は、可能な限り他者とは別の部屋で待機させることが重要です。現在では、子供が病気になった場合を守るべき一般ガイドラインが医師から指示が出されています。お子様が他の人に面会する前には、以下の状態になければなりません。

- 直近の3日間、お子様が発熱しておらず、解熱剤を服用していない
- 咳や息切れの症状がない
- 最初に症状が出た時点、または最初の検査で陽性反応が出た時点から少なくとも10日間は待機しており、その後上記の症状が認められていない。14日の待機期間を推奨する医師もいます。

医師によっては、COVID-19の陰性判定検査を少なくとも1日間隔で2回行うよう、要請する場合があります。医師は、COVID-19に再感染するかどうかについても判断することができません。

## どのような問題の発生が予想されますか？

- 水分喪失。これは脱水症です。
- 短期間または長期間の肺損傷
- 心臓障害
- 死亡

## この健康問題を回避するためには何をすれば良いですか？

- 2歳以上であれば、複数の布層で織られた布製マスクまたはフェイスカバーを口と鼻に着用してください。
  - 外出する場合、できる限り自宅で待機することが最良策となります。外出は、食品や薬剤の購入を目的とする場合に限りです。お子様が他の人に近づく必要がある場合は、少なくとも1.8m（6フィート）以上距離をとるようにします。

- あなたがCOVID-19に感染しており、他者と同じ部屋に滞在しなければならない場合、COVID-19に感染している場合は、他の人から隔離された部屋に待機することが最善策となります
- COVID-19に感染している家族の世話をする場合、場合に応じて、手袋を着用します。
- あなたにCOVID-19の症状があり、周りに人がいる場合は、他の人から隔離された部屋で待機することが最善策となります。
- COVID-19のリスクが高く、他の人に近づく環境にある場合、
- 布製マスクやフェイスマスクを外した後は、すぐにお子様と一緒に手を洗ってください。お子様がマスクを着用しているときは、目、鼻、口に触れないように注意してください。これは、マスクを外するときにも重要です。
- マスクは、耳掛け部分だけをつかんで外します。マスクの使用後はすぐに洗浄します。使い捨ての場合は捨ててください。
- お子様には、手指を正しく洗うことができるよう指導します。手を洗う頻繁に毎回20秒以上かけて石けんと水で手を洗います。特に咳やくしゃみの後は徹底してください。60%以上のアルコールを含むアルコールベースの手の除菌剤も、ウイルスを死滅させるのに有効です。除菌剤を少なくとも20秒間手指に擦り込みます。
- 人混みを避けます。少人数のグループでも、リスクを伴う可能性があります。遊び場を避け、遊びの約束はしないようにします。できる限り家にいるようにしてください。屋外にいる場合には、屋内で人々が集まる場合よりもリスクが少なくなる可能性があります。
- お子様が他の人と接触する場合は、社会的距離をとるよう指導してください。少なくとも6フィート（1.8 m）離れるようにしてください。握手、ハグ、ハイタッチは控えます。お子様が顔に触れないようにし、頻繁に手を洗う必要があります。
- お子様がかくしゃみをするときは、ティッシュで鼻と口を覆うように教えます。ひじの内側に咳き込んでもかまいません。お子様には、使用済みティッシュをゴミ箱に捨て、手をよく洗うよう指示します。

#### 医師に電話する必要があるのはどのようなときですか？

- 感染症の徴候。38°C（100.4°F）以上の発熱、悪寒、咳、痰の増量または、変色などの症状。
- 呼吸が悪化している - 子供の呼吸が以前よりも荒く速くなる、または酸素が入っていないような気がする
- 仰向けに寝ているときに呼吸が困難になる
- 座っているときに呼吸できるように子供が前かがみになる必要がある

- 子供の指やつま先に赤紫色の斑点が見られる
- 赤ちゃんに摂食の問題がある
- 指、爪、皮膚、または唇が青くなる

### ティーチバック: 理解に役立てる

ティーチバック法を使用すると、提供された情報が理解しやすくなります。スタッフと話した後、学んだことを自分の言葉で伝えます。これはスタッフが各事項をはっきり説明したことを確認することにも役立ちます。理解が困難であった事柄を説明するのにも役立ちます。帰宅する前に、下記のことができるか確認してください：

- 自分の子供の状態について説明できる。
- 自分の子供の呼吸を楽にする方法について説明できる。
- 他人への感染の予防方法について説明できる。
- 自分の子供が呼吸困難、眠気や意識の混濁、指先、爪、皮膚、または唇が青くなった場合に何をすべきか説明できる。

### 費者情報の使用および免責事項:

この情報は特定の医学的アドバイスではなく、医療従事者から得られる情報の代替となるものではありません。これは一般的な情報の概要にすぎません。病状、病気、怪我、検査、手術、治療、療法、退院指導、ライフスタイルの選択肢に関する情報をすべて含んでいるわけではありません。あなたの健康状態と治療手段の選択に関する詳細については、担当の医療従事者にご相談ください。この情報から、医療従事者のアドバイス、指示、推奨を受け入れるかどうかを決定しないでください。適切な治療を助言する知識を持ち、そのための訓練を受けているのは、担当の医療従事者のみです。

Last Updated 7/14/21



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