

Patient Education

Mga Tagubilin sa Pag-discharge kaugnay ng COVID-19, Bata

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

Tungkol sa paksang ito

Ang Coronavirus disease 2019 ay kilala rin bilang COVID-19. Isa itong viral na sakit na tumatama sa бага. Ito ay sanhi ng virus na tinatawag na SARS-associated coronavirus (SARS-CoV-2).

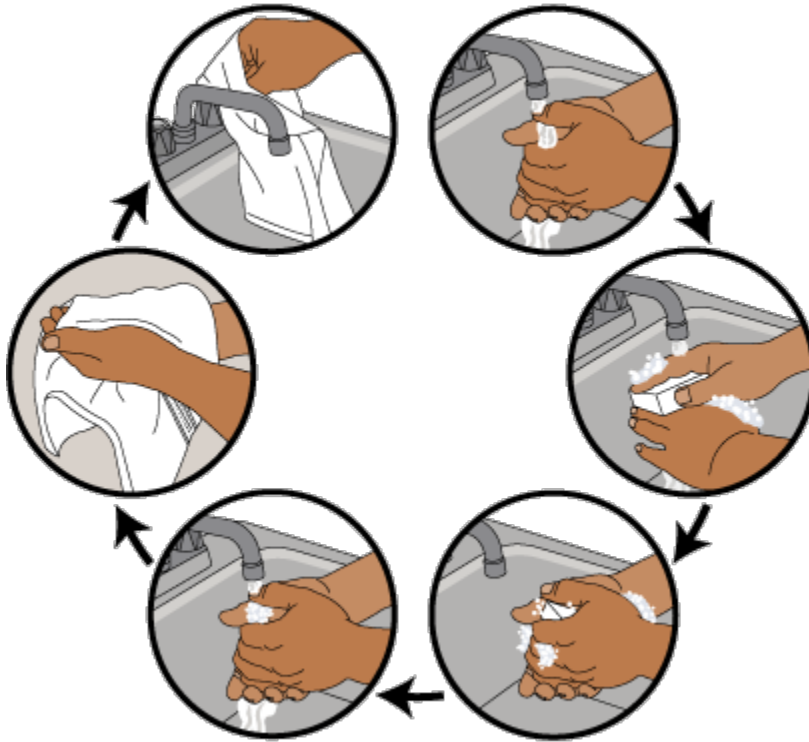
Pinakamadalas na nagsisimula ang mga senyales ng COVID-19 ilang araw pagkatapos mong mahawaan. Sa ilang tao, mas matagal bago lumabas ang mga senyales. Hindi nagpapakita ang iba ng mga senyales ng impeksyon. Maaaring magkaroon ang iyong anak ng ubo, lagnat, pangangatog habang giniginaw, at maaaring mahirapan siyang huminga. Ang iyong anak ay maaaring pagod na pagod, may pananakit ng mga kalamnan, pananakit ng ulo, o magang lalamunan. Ang ilang bata ay may masakit na tiyan o pagtatae. Nawawalan ang iba ng pang-amoy o panlasa. Maaaring mahirapan ang mga sanggol na kumain. Ang ilang batang may COVID-19 ay nagkakaroon ng mga mamula-mula at kulay lilang batik sa kanilang mga daliri sa kamay o paa. Maaaring hindi magkaroon ang iyong anak ng mga senyales na ito sa lahat ng oras at maaaring lumabas at mawala ang mga ito habang may sakit siya.

Mabilis na kumakalat ang virus sa pamamagitan ng mga droplet kapag nagsalita, bumahing, o umubo ang isang taong may impeksyon. Maaaring maipasa ng mga tao ang virus sa iba kapag sila ay nagsasalita habang magkakalapit, kumakanta, nagyayakapan, nagsasalo sa pagkain, o nakikipagkamay. Naniniwala ang mga doktor na nabubuhay rin ang mga mikrobyo sa mga ibabaw tulad ng mesa, hawakan ng pinto, at mga telepono. Gayunpaman, hindi iyon ang karaniwang paraan sa pagkalat ng COVID-19. Naniniwala ang mga doktor na maaari ding maikalat ng mga tao ang impeksyon kahit na wala silang anumang sintomas, pero hindi nila alam kung paano ito nangyayari. Kung kaya't ang paglalayo ng mga tao sa isa't isa ang isa sa pinakamagagandang paraan para mapabagal ang pagkalat ng virus.

May hindi matinding kaso ng COVID-19 ang ilang bata at maaari silang alagaan at manatili sa bahay nang malayo sa iba hanggang sa gumanda ang pakiramdam nila. Maaaring kailanganing magpaospital ng ibang tao kung napakalala ng sakit nila. Mayroon ding pamamaga ang ilang bata sa buong katawan nila. Dapat i-isolate ang mga batang may COVID-19 mula sa iba. Maaari silang magsimulang makihalubilo sa iba kapag sinabi ng kanilang doktor na ligtas na itong gawin.

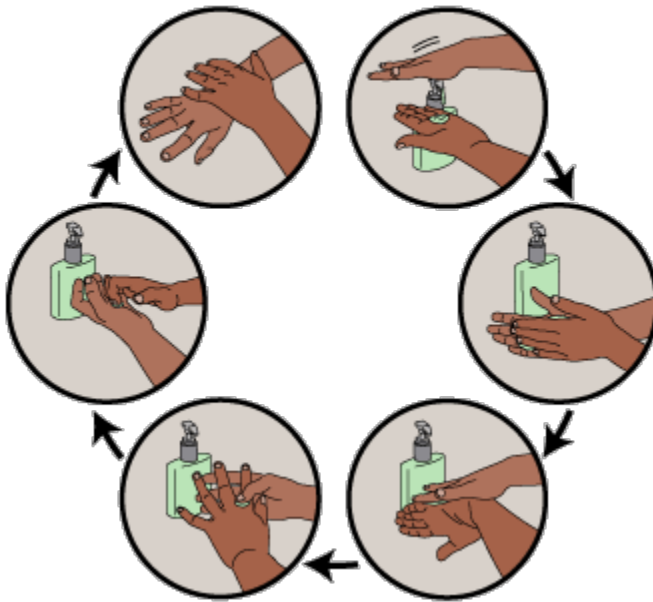
Image Filename

Paghuhugas ng Kamay



Kuskusin nang
20 segundo

Pag-sanitize ng Kamay



Anong pangangalaga ang kailangang gawin sa bahay?

- Tanungin ang iyong doktor kung ano ang kailangan mong gawin pagkauwi mo sa bahay. Siguraduhing magtanong kung hindi mo maintindihan ang sinasabi ng doktor.
- Painumin ang iyong anak ng maraming tubig, juice, o sabaw upang mapalitan ang mga nawalang likido dahil sa lagnat.
- Maaari kang gumamit ng mga cool mist humidifier sa kuwarto ng iyong anak upang makatulong na mabawasan ang paninikip at pag-ubo.
- Maaaring gusto ng mas nakakatandang batang gumamit ng 2 hanggang 3 unan para suportahan ang kanilang mga sarili kapag humiga sila. Maaaring mapadali nito ang paghinga at pagtulog.
- Huwag manigarilyo malapit sa iyong anak.
- Upang mabawasan ang posibilidad na maipasa ang impeksiyon sa ibang tao:
 - Ang mga batang may edad lampa 2 ay dapat **magsuot ng mask nang natatakpan ang kanilang bibig at ilong kung may mga kasama silang ibang taong** walang sakit. Pinakamahusay na gumagana ang mga telang mask kung mayroong mahigit isang patong ng tela ang mga ito.
 - Tulungan ang iyong anak na madalas na hugasan ang kanyang mga kamay.
 - Panatilihin ang iyong anak sa bahay sa isang hiwalay na kuwarto, malayo sa iba. Limitahan ang bilang ng mga caregiver. Ilabas lang ang iyong anak para kumuha ng pangangalagang medikal.
 - Pagamitin ng hiwalay na banyo ang iyong anak kung maaari.
 - Pagamitin ang iyong anak ng mga hiwalay na plato, kubyertos, kubrekama, tuwalya, at elektronikong device.
 - Madalas na punasan ang mga madalas hawakang gamit sa pamamagitan ng disinfectant. Kasama rito ang mga bagay tulad ng mga bukasang pinto, switch ng ilaw, remote control, telepono, keyboard, countertop, at mesa.
 - Iwasang hawakan ang mga alagang-hayop.
 - Iwasang tumanggap ng mga bisita sa bahay.

Anong kasunod na pangangalaga ang kailangang gawin?

- Maaaring hilingin sa iyo ng iyong doktor na dalhin mo ang iyong anak sa klinika para patingnan ang kanyang progreso. Tiyaking pupunta ka sa mga pagpapatinging ito. Sa mga pagpapatinging ito, tiyaking may suot kayo na mask ng iyong mga anak na may edad na lampa sa 2 taon.
- Kung maaari, sabihin nang maaga sa mga tauhan na mayroong COVID-19 ang iyong anak upang makapagsagawa sila ng karagdagang pag-iingat para mapigilan ang pagkalat ng sakit. Maaaring ilagay ka nila sa isang hiwalay na kwarto; o maaaring hilingin nila sa iyong maghintay ka sa sasakyan mo hanggang sa tawagin ka nila.
- Maaaring tumagal nang ilang linggo bago bumalik sa normal ang kalusugan ng iyong anak.

Anu-anong gamot ang kakailanganin?

Maaaring mag-order ng mga gamot ang doktor upang:

- Makatulong sa lagnat
- Makatulong sa paghinga

Magiging limitado ba ang pisikal na gawain?

Maaaring kailanganing limitahan ng iyong anak ang kanyang pisikal na aktibidad. Kausapin ang doktor tungkol sa naaangkop na dami ng aktibidad para sa iyong anak. Kung nagkaroon ng malubhang sakit dahil sa COVID-19 ang iyong anak, maaaring matagalan bago bumalik ang lakas niya.

Mangangailangan ba ng iba pang uri ng pangangalaga?

Hindi alam ng mga doktor kung gaano katagal maaaring maipasa ng isang tao ang virus sa iba pagkatapos niyang magkasakit. Kung kaya't mahalagang panatilihin ang iyong anak sa isang hiwalay na kuwarto, kung maaari, kapag may sakit siya. Sa ngayon, nagbibigay ang mga doktor ng pangkalahatang alituntuning susundin mo pagkatapos magkasakit ang iyong anak. Bago makihalubilo ang iyong anak sa ibang tao, dapat siya ay:

- Walang lagnat sa loob ng 3 araw nang hindi umiinom ng anumang gamot para mapababa ang lagnat niya
- Walang sintomas ng ubo o pangangapos ng hininga
- Maghintay nang hindi bababa sa 10 araw pagkatapos niyang unang magkaroon ng mga sintomas o ng kanyang unang positibong pagsusuri, at dapat wala siyang sintomas gaya ng nakasaad sa itaas. Iminumungkahi ng ibang ekspertong maghintay ng 14 na araw.

Minsan ay gugustuhin din ng mga doktor na magkaroon siya ng 2 negatibong pagsusuri para sa COVID-19 nang may pagitan na kahit 1 araw. Hindi rin alam ng mga doktor kung makukuha ulit ng mga tao ang virus na ito.

Anu-anong problema ang maaaring mangyari?

- Pagkawala ng likido. Ito ay panunuyo ng katawan (dehydration).
- Panandalian o pangmatagalang pinsala sa baga
- Mga problema sa puso
- Pagkamatay

Ano ang magagawa upang maiwasan ang sakit na ito?

- Magsuot ng telang mask o pantakip sa mukha na gawa sa mahigit isang patong ng tela nang natatakpan ang iyong bibig at ilong kung ikaw ay lagpas 2 taong gulang:
 - Kapag aalis ka sa iyong bahay. Pinakamainam na manatili sa bahay hangga't kaya mo. Lumabas lang para sa pagkain o gamot. Kung kailangan ng iyong anak na makihalubilo sa

iba, subukang magpanatili sa pagitan nila ng distansyang hindi bababa sa 6 na talampakan (1.8 metro) mula sa iba.

- Kung may sakit kang COVID-19 at nasa iisang kwarto kasama ang ibang tao. Pinakamainam na manatili sa isang kuwartong malayo sa iba kapag may COVID-19 ka.
- Kapag may inalagaan ka sa iyong bahay na may COVID-19. Mainam na magsuot ka ng mga guwantes.
- Kung may mga sintomas ka ng COVID-19 at malapit ka sa ibang tao, pinakamainam na manatili sa isang kuwartong malayo sa iba.
- Kung mataas ang panganib mo para sa COVID-19 at nakapaligid ka sa ibang tao.
- Hugasan ang iyong mga kamay at ang mga kamay ng iyong anak pagkahubad ninyo ng telang mask o pantakip sa mukha. Paalalahanan ang iyong anak na huwag hawakan ang kanyang mga mata, ilong, o bibig kapag nakasuot siya ng kanyang mask. Mahalaga rin ito kapag hinubad niya ang kanyang mask.
- Hawakan ang mga mask sa pamamagitan lang ng mga strap nito. Hugasan kaagad ang mga ito pagkagamit o itapon ang mga ito kung disposable ang mga ito.
- Tulungan ang iyong anak na matutong hugasan ang kanyang mga kamay nang tama. Hugasan ang mga kamay **nang madalas** gamit ang sabon at tubig nang hindi bababa sa 20 segundo, lalo na pagkatapos umubo o bumahing. Mabisa rin sa pagpatay ng virus ang mga hand sanitizer na alkohol ang pangunahing sangkap na may hindi bababa sa 60 porsyentong alkohol. Kuskusin ang mga kamay gamit ang sanitizer sa loob ng hindi bababa sa 20 segundo.
- Iwasan ang matataong lugar. Kahit ang maliliit na grupo ay maaaring maging mapanganib. Iwasan ang mga palaruan at pakikipaglaro. Subukang manatili sa bahay hangga't kaya mo. Malamang na mas mababa ang panganib sa mga outdoor kaysa sa mga pagtitipong indoor.
- Kung kailangan ng iyong anak na sumali sa isang grupo ng ibang tao, turuan siya tungkol sa social distancing. Subukang magkaroon ng hindi bababa sa 6 na talampakan (1.8 metro) na layo. Iwasan ang mga pakikipag-kamay, pagyakap, at pakikipag-apir. Dapat iwasan ng mga batang hawakan ang kanilang mukha at dapat nilang hugasan ang kanilang mga kamay nang madalas.
- Turuan ang iyong anak na takpan ng tisyu ang kanyang bibig at ilong sa tuwing uubo o babahing siya. Maaari din siyang umubo sa kanyang siko. Ipatapon sa kanya ang mga tisyu sa basurahan at paghugasin siya ng kanyang mga kamay matapos hawakan ang mga gamit na tisyu.

Kailan ako dapat tumawag sa doktor?

- Mga senyales ng impeksiyon. Kabilang sa mga ito ang lagnat na 100.4°F (38°C) o higit pa, pangangatog, ubo, mas maraming plema o pagbabago sa kulay ng plema.
- Lumalala ang kahirapan sa paghinga - mas mahirap o mas naghahabol kaysa dati o pakiramdam ng iyong anak ay kinakapos siya sa hangin
- Nahihirapang huminga habang nakahiga nang nakalapat ang kanyang likod

- Kailangang humilig paharap ng iyong anak upang makatulong sa kanyang makahinga kapag nakaupo
- Nagkakaroon ang iyong anak ng mga mamula-mula at maitim-itim na butlig sa mga daliri ng kamay o paa niya
- Nahihirapang kumain ang iyong sanggol
- Nangangasul ang mga dulo ng daliri, kuko, balat, o mga labi

Ituro sa Iba: Tinutulungan Kayong Maunawaan

Makakatulong sa iyo ang Teach Back Method na maunawaan ang impormasyong ibinibigay namin sa iyo. Pagkatapos mong makipag-usap sa kawani, sabihin sa kanila sa sarili mong salita kung ano ang natutunan mo. Makakatulong itong matiyak na malinaw na naipaliwanag sa iyo ng kawani ang bawat bagay. Makakatulong din itong maipaliwanag ang mga bagay na maaaring nakakalito para sa iyo. Bago umuwi, tiyaking kaya mong gawin ang mga ito:

- Masasabi ko sa iyo ang tungkol sa kondisyon ng anak ko.
- Masasabi ko sa iyo kung ano ang maaaring makatulong para mapaginhawa ang paghinga ng aking anak.
- Masasabi ko sa iyo kung ano ang magagawa ko para makatulong maiwasan ang pagpasa ng impeksiyon sa ibang tao.
- Masasabi ko sa iyo kung ano ang gagawin ko kung mahihirapan sa paghinga ang anak ko; kung aantukin o malilito siya; o kung magiging kulay asul ang mga dulo ng daliri, kuko, balat, o labi niya.

Impormasyon sa Paggamit ng Mamimili at Pagtatatwa:

Ang impormasyong ito ay hindi partikular na payong medikal at hindi pamalit sa impormasyong nakukuha mo sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan. Isa lang itong maikling buod ng pangalahatang impormasyon. HINDI kasama rito ang lahat ng impormasyon tungkol sa mga kundisyon, karamdaman, pinsala, pagsusuri, procedure, paggagamot, therapy, tagubilin sa paglabas ng ospital, o paraan ng pamumuhay na maaaring naaangkop sa iyo. Dapat kang makipag-usap sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan para sa kumpletong impormasyon tungkol sa mga opsyon mo sa kalusugan at paggagamot. Hindi dapat gamitin ang impormasyong ito bilang batayan ng pagtanggap o hindi pagtanggap sa payo, mga tagubilin, o mga rekomendasyon ng iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan. Ang provider mo ng pangangalagang pangkalusugan lang ang may kaalaman at pagsasanay na magbigay ng payong naaangkop sa iyo.

Last Updated 7/14/21



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