

Patient Education

Hướng dẫn Xuất viện cho COVID-19, Trẻ em

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

Giới thiệu về chủ đề này

Bệnh viêm phổi do vi rút Corona 2019 còn gọi là COVID-19. Đó là một bệnh nhiễm vi rút ảnh hưởng đến phổi. Bệnh này gây ra do một vi rút gọi là vi rút corona liên quan đến SARS (SARS-CoV-2).

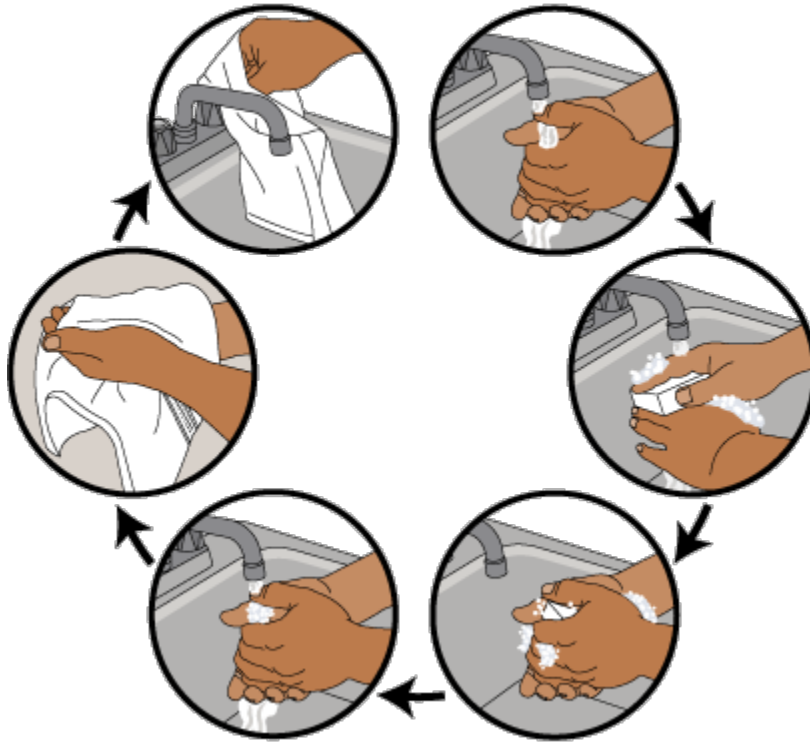
Các dấu hiệu của COVID-19 thường sẽ xuất hiện vài ngày sau khi quý vị bị nhiễm. Ở một số người, các dấu hiệu sẽ xuất hiện muộn hơn. Có những người lại không bao giờ có dấu hiệu bị nhiễm bệnh. Con quý vị có thể bị ho, sốt, lạnh run và có thể khó thở. Con quý vị có thể rất mệt mỏi, đau cơ, đau đầu hoặc đau họng. Một số trẻ bị rối loạn dạ dày hoặc đi tiêu phân lỏng. Những người khác bị mất mùi hoặc vị. Trẻ sơ sinh có thể bị khó bú. Một số trẻ bị COVID-19 có những chấm màu tím đỏ trên ngón tay hoặc ngón chân. Không phải lúc nào con quý vị cũng có những dấu hiệu này và chúng có thể xuất hiện và hết khi trẻ bị bệnh.

Virút này lây lan dễ dàng qua các giọt bắn văng ra khi người bệnh nói chuyện, hắt hơi hoặc ho. Người ta có thể truyền virút cho người khác khi nói chuyện gần nhau, hát, ôm, dùng chung thức ăn hoặc bắt tay. Bác sĩ tin rằng vi trùng cũng tồn tại trên các bề mặt như bàn, tay nắm cửa và điện thoại. Tuy nhiên, đây không phải là cách phổ biến khiến COVID-19 lây lan. Bác sĩ tin rằng người ta cũng có thể lây truyền bệnh ngay cả khi không có bất kỳ triệu chứng nào, nhưng họ chưa biết điều đó xảy ra như thế nào. Đây là lý do tại sao việc giữ khoảng cách giữa mọi người lại là một trong những cách tốt nhất để làm chậm sự lây lan của vi rút.

Một số trẻ bị nhiễm COVID-19 nhẹ và có thể được chăm sóc tại nhà và không tiếp xúc với người khác cho đến khi khỏe hơn. Những người khác có thể phải nhập viện nếu bệnh rất nặng. Một số trẻ còn bị viêm khắp cơ thể. Trẻ em bị COVID-19 phải cách ly với những người khác. Chúng có thể bắt đầu ở gần những người khác khi bác sĩ cho biết điều đó là an toàn.

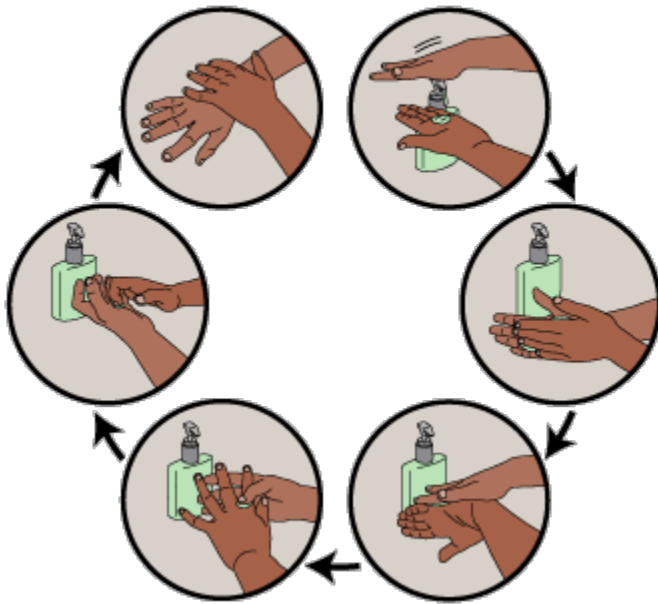
Image Filename

Rửa tay



Cọ 20 giây

Khử trùng tay



Cần chăm sóc gì tại nhà?

- Hãy hỏi bác sĩ của quý vị để biết những việc cần làm khi quý vị về nhà. Hãy nhớ đặt câu hỏi nếu quý vị không hiểu những điều bác sĩ nói.
- Cho con quý vị uống nhiều nước, nước ép trái cây hoặc nước canh để thay thế lượng chất lỏng bị mất khi bị sốt.
- Có thể sử dụng máy phun sương tạo ẩm trong phòng của con quý vị để giảm nghẹt mũi và ho.
- Trẻ lớn hơn có thể cần dùng 2 đến 3 gối để kê cao khi nằm. Việc này có thể giúp dễ thở và dễ ngủ hơn.
- Không hút thuốc ở gần con quý vị.
- Để giảm nguy cơ lây bệnh cho người khác:
 - Trẻ trên 2 tuổi nên đeo khẩu trang **đeo khẩu trang che miệng và mũi nếu trẻ ở gần những người khác** không bị bệnh. Khẩu trang nhiều lớp vải là tốt nhất.
 - Giúp con quý vị rửa tay thường xuyên.
 - Cho con quý vị ở nhà trong một phòng riêng biệt, tránh xa những người khác. Giới hạn số lượng người chăm sóc. Chỉ đưa trẻ ra ngoài khi đi chăm sóc y tế.
 - Cho con quý vị sử dụng phòng tắm riêng, nếu có thể.
 - Cho con bạn sử dụng riêng bát đĩa, dụng cụ ăn, khăn trải giường, khăn tắm và các thiết bị điện tử.
 - Thường xuyên lau các đồ vật hay chạm vào bằng chất khử trùng. Bao gồm những thứ như tay nắm cửa, công tắc đèn, điều khiển từ xa, điện thoại, bàn phím, mặt bếp và bàn.
 - Tránh tiếp xúc với vật nuôi.
 - Tránh tiếp khách trong nhà.

Cần chăm sóc gì tiếp theo?

- Bác sĩ có thể yêu cầu đưa trẻ đến tái khám nhiều lần để kiểm tra sự tiến triển của chúng. Đảm bảo thực hiện đầy đủ những lần tái khám này. Bảo đảm phải mang khẩu trang cho quý vị và trẻ trên 2 tuổi ở những buổi khám này.
- Nếu có thể, nên báo trước cho nhân viên y tế biết là con quý vị bị nhiễm COVID-19 để họ cần trọng hơn nhằm tránh lây lan bệnh. Họ có thể cho quý vị vào một phòng riêng; hoặc yêu cầu quý vị đợi trong xe cho đến khi họ gọi cho quý vị.
- Có thể cần vài tuần thì sức khỏe của con quý vị mới trở lại bình thường.

Cần dùng những loại thuốc gì?

Bác sĩ có thể chỉ định dùng thuốc để:

- Giảm sốt
- Giúp hô hấp

Hoạt động thể chất có bị hạn chế không?

Trẻ có thể phải hạn chế hoạt động thể chất. Trao đổi với bác sĩ về mức độ hoạt động thích hợp cho trẻ. Nếu con quý vị đã bị nhiễm COVID-19 nặng, thì có thể phải mất một thời gian thì trẻ mới bình phục được.

Có cần kiểu chăm sóc nào khác không?

Bác sĩ không biết một người có thể truyền vi rút cho người khác bao lâu sau khi họ bị bệnh. Đây là lý do tại sao khi bị bệnh thì điều quan trọng là nên cho con quý vị ở trong một phòng riêng biệt, nếu có thể. Hiện tại, bác sĩ đang đưa ra những hướng dẫn chung cần tuân thủ khi con quý vị bị bệnh. Trước khi ở gần người khác, con quý vị phải:

- Hết sốt trong 3 ngày mà không dùng bất kỳ loại thuốc hạ sốt nào
- Không có triệu chứng ho hoặc khó thở
- Chờ ít nhất 10 ngày sau khi trẻ có các triệu chứng đầu tiên hoặc kết quả xét nghiệm dương tính đầu tiên và không còn những triệu chứng nêu trên. Một số chuyên gia đề nghị nên chờ 14 ngày.

Đôi khi các bác sĩ cũng yêu cầu trẻ phải có 2 xét nghiệm âm tính với COVID-19 cách nhau ít nhất 1 ngày. Bác sĩ cũng không biết liệu người ta có khả năng mắc lại loại vi rút này hay không.

Những vấn đề gì có thể xảy ra?

- Mất nước. Đây là tình trạng mất nước.
- Tổn thương phổi ngắn hạn hoặc dài hạn
- Các vấn đề về tim
- Tử vong

Có thể làm gì để ngăn ngừa vấn đề sức khỏe này?

- Đeo khẩu trang vải hoặc khăn che miệng và mũi được làm bằng nhiều lớp vải cho trẻ 2 tuổi trở lên:
 - Khi ra khỏi nhà của mình. Cố gắng ở nhà nhiều nhất có thể. Chỉ đi ra ngoài để mua thực phẩm hoặc thuốc. Nếu con quý vị phải ở gần những người khác, thì hãy cố gắng ở cách xa họ ít nhất 6 feet (1,8 mét).
 - Nếu quý vị bị bệnh COVID-19 và phải ở cùng phòng với người khác Tốt nhất là nên ở trong phòng cách xa những người khác khi quý vị bị nhiễm COVID-19
 - Khi chăm sóc người trong nhà nhiễm COVID-19. Quý vị cũng có thể cần đeo găng tay.
 - Tốt nhất là nên ở trong phòng cách xa người khác nếu quý vị có các triệu chứng của COVID-19 và ở gần những người khác.
 - Nếu quý vị có nguy cơ cao bị mắc COVID-19 và ở xung quanh những người khác.

- Rửa tay quý vị và con quý vị ngay sau khi tháo khẩu trang hoặc khăn che mặt ra. Nhắc con quý vị không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng khi chúng đang đeo khẩu trang. Điều này cũng rất quan trọng khi trẻ tháo khẩu trang ra.
- Chỉ cầm vào dây đeo khẩu trang. Giặt ngay sau khi sử dụng hoặc vứt bỏ nếu là loại dùng một lần.
- Giúp con quý vị học cách rửa tay đúng cách. Rửa tay **thường xuyên** bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây, đặc biệt là sau khi ho hoặc hắt hơi. Chất khử trùng tay có chứa ít nhất 60% cồn cũng có tác dụng tiêu diệt virus. Xoa tay bằng chất khử trùng tay trong ít nhất 20 giây.
- Tránh đám đông. Kể cả nhóm nhỏ cũng có nguy cơ. Tránh sân chơi và ngày chơi. Cố gắng ở nhà nhiều nhất có thể. Ở ngoài trời có thể sẽ ít rủi ro hơn so với tụ họp trong nhà.
- Nếu con quý vị cần phải tham gia trong một nhóm người khác, thì hãy dạy chúng về giãn cách xã hội. Cố gắng cách xa người khác tối thiểu là 6 feet (1,8 mét). Tránh bắt tay, ôm và đập tay. Trẻ em cần tránh sờ lên mặt và phải rửa tay thường xuyên.
- Dạy con quý vị che miệng và mũi bằng khăn giấy khi ho hoặc hắt hơi. Các em cũng có thể dùng khuỷu tay che miệng khi ho. Yêu cầu trẻ bỏ khăn giấy vào thùng rác và rửa tay sau khi chạm vào khăn giấy đã sử dụng.

Khi nào tôi cần gọi cho bác sĩ?

- Các dấu hiệu nhiễm trùng. Các dấu hiệu này bao gồm sốt từ 38°C (100,4°F) trở lên, ớn lạnh, ho, nhiều đờm hơn hoặc đờm đổi màu.
- Việc hô hấp trở nên xấu đi - khó thở hơn hoặc thở nhanh hơn trước hoặc con quý vị cảm thấy như đang hít thở được ít không khí hơn
- Bị khó thở khi nằm ngửa
- Trẻ cần phải cúi nghiêng về phía trước để dễ thở hơn khi ngồi
- Con quý vị sẽ bị những chấm màu tím đỏ trên ngón tay hoặc ngón chân
- Khó cho con quý vị bú
- Ngón tay, móng tay, da hoặc môi có màu xanh

Phương Pháp Giải Thích Lại: Giúp Quý Vị Hiểu

Phương pháp Dạy Lại giúp quý vị hiểu những thông tin mà chúng tôi cung cấp cho quý vị. Sau khi trao đổi với nhân viên, hãy nói lại với họ theo cách diễn đạt của quý vị về những gì quý vị lĩnh hội được. Điều này giúp đảm bảo nhân viên đã mô tả rõ ràng từng nội dung và cũng giúp làm rõ những điều có thể còn nhầm lẫn. Trước khi về nhà, hãy đảm bảo quý vị có thể làm những việc sau:

- Tôi có thể cho quý vị biết về tình trạng của con tôi.
- Tôi có thể cho quý vị biết những cách có thể giúp con tôi dễ thở hơn.
- Tôi có thể cho quý vị biết những việc tôi có thể làm để tránh lây nhiễm cho người khác.

- Tôi có thể cho quý vị biết điều tôi sẽ làm nếu con tôi bị khó thở; cảm thấy buồn ngủ hoặc lú lẫn; hoặc da, môi, đầu ngón tay hoặc móng tay có màu xanh lợt.

Tuyên Bố Miễn Trách Nhiệm và Việc Sử Dụng Thông Tin Khách Hàng:

Thông tin này không phải là lời khuyên y tế cụ thể và không thay thế cho thông tin mà quý vị nhận được từ chuyên gia chăm sóc sức khỏe của mình. Đây chỉ là bản tóm tắt ngắn gọn các thông tin chung. Bản này KHÔNG bao gồm đầy đủ thông tin về các tình trạng, bệnh tật, tổn thương, xét nghiệm, thủ thuật, phương pháp điều trị, liệu pháp, hướng dẫn xuất viện hoặc lựa chọn về lối sống có thể áp dụng cho quý vị. Quý vị phải trao đổi với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của quý vị để có thông tin đầy đủ về sức khỏe và các lựa chọn điều trị của mình. Không nên sử dụng thông tin này để quyết định có chấp nhận sự tư vấn, hướng dẫn hay khuyến nghị của chuyên gia chăm sóc sức khỏe của quý vị hay không. Chỉ có chuyên gia chăm sóc sức khỏe của quý vị mới có đủ kiến thức và sự đào tạo để cho quý vị lời khuyên phù hợp.

Last Updated 7/14/21



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