

Patient Education

2019 年冠狀病毒疾病 (COVID-19) 兒童出院醫囑

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

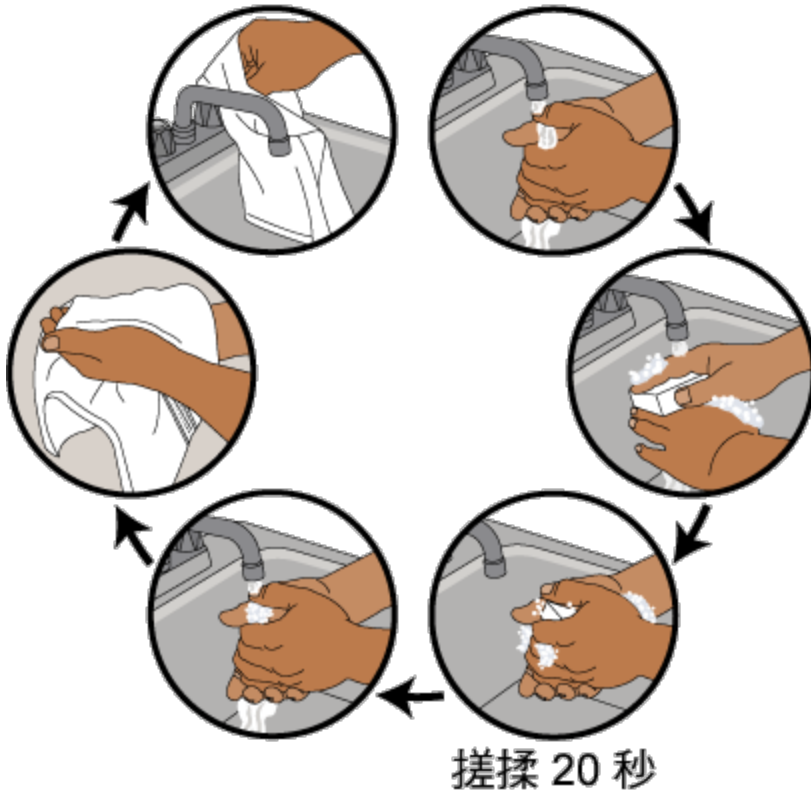
2019 年冠狀病毒疾病也稱為 COVID-19。這是一種病毒性疾病，會感染肺部，係由一種稱為 SARS 相關冠狀病毒 (SARS-CoV-2) 的病毒引起。

COVID-19 的徵候通常在感染幾天後出現。某些人需要更長的時間才會出現徵候。而另外一些人永遠不會出現感染徵候。您的孩子可能會咳嗽、發燒、發抖發冷，並且可能呼吸困難。您的孩子可能會非常疲倦、肌肉酸痛、頭痛或喉嚨痛。一些孩子染此病後會出現胃部不適或稀便。其他人會失去味覺或嗅覺。對於嬰兒，可能無法餵食。一些患 COVID-19 的孩子的手指或腳趾上有紅紫色斑點。患病期間，您的孩子可能不會隨時都有這些症狀，可能是斷斷續續的。

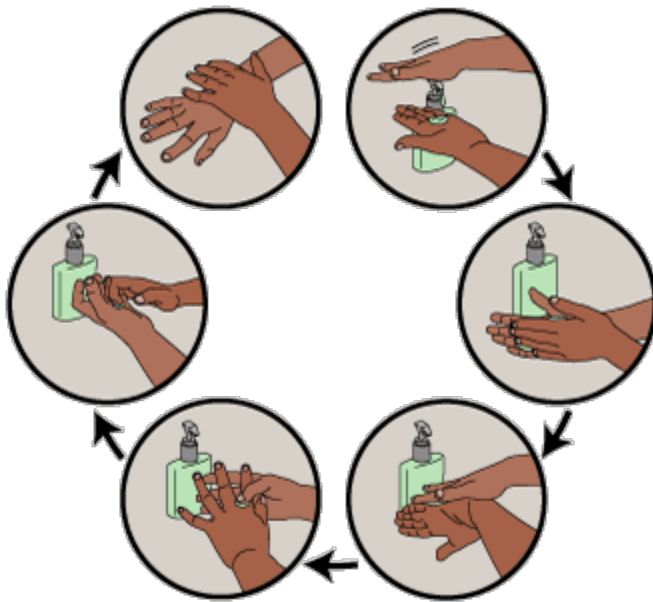
感染者說話、打噴嚏或咳嗽時，病毒很容易透過飛沫傳播。當人們一起近距離在一起聊天、唱歌、擁抱、分享食物或握手時，可以將病毒傳播給他人。病菌還可在桌子、門把手和電話等表面存活下來。這意味著，如果其他人接觸帶有病毒的表面後再摸臉，就可能會生病。醫師認為，即使人們未出現任何症狀，仍然可能傳播感染，但是不知道如何發生。這就是為什麼讓人們保持距離是減緩病毒傳播的最佳方法之一的原因。

有些孩子的 COVID-19 病情較輕，可以在家得到照護，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。一些孩子還可能出現全身炎症。感染 COVID-19 的兒童必須與他人隔離。他們的醫師說他們可以開始不需要自我隔離時，他們才能解除隔離。

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。
- 您可以在孩子房間使用空氣加濕器，以協助減緩鼻塞與咳嗽。
- 大一點的孩子躺下時可能要用 2 到 3 個枕頭來支撐自己。這可能會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 歲以上的孩子如果在沒有患病的他人身邊，應**戴上口罩**。具有多層的布口罩效果最好。
 - 幫助您的孩子經常洗手。
 - 讓孩子待在家中隔離的房間，遠離其他人。限制陪護人員的數量。僅帶孩子外出接受醫療照顧。
 - 如有可能，請使用單獨的浴室。
 - 使用單獨的餐碟、餐具、寢具、毛巾和電子裝置。
 - 經常用消毒劑擦拭經常接觸的物體。其中包括門把、電燈開關、遙控器、電話、鍵盤、檯面和桌子。
 - 避免與寵物接觸。
 - 避免訪客進入屋內。

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？

醫師可能會開藥物用於：

- 改善發燒症狀

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？

一個人患病後，醫師不知道這個人可能將病毒傳給其他人會持續多久時間。因此，孩子患病期間待在家中隔離的房間非常重要。目前，孩子患病後，醫師為您提供應遵循的一般指示。您的孩子在其他人附近走動之前，他們應該：

- 在沒有使用退燒藥的情況下，持續 3 天未發燒
- 沒有咳嗽或呼吸短促的症狀
- 孩子第一次出現症狀或第一次檢測結果為陽性後等待至少 10 天，且孩子必須無上述症狀。有些專家建議等待 14 天。

有時候，醫師也會要求他們至少隔 1 天有 2 次 COVID-19 檢測結果為陰性。醫師也不知道他們是否會再次感染病毒。

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？

- 如果您 2 歲以上，以下情況請佩戴多層布製成的布口罩或面罩：
 - 當您離家外出時。最好儘量留在家中。只有用餐或接受醫療照顧時才能離家外出。如果您的孩子必須與他人在一起，請嘗試與他人保持至少 1.8 公尺（6 英尺）的距離。
 - 如果您患有 COVID-19 並且必須與他人同處一室。您患有 COVID-19 時，最好待在遠離其他人的房間
 - 當您在家中照顧 COVID-19 患者時。您可能也必須戴手套。
 - 如果您有 COVID-19 症狀並且周圍有其他人，最好待在遠離其他人的房間。
 - 如果您有感染 COVID-19 的高風險並且在其他人附近走動。
- 您和孩子脫掉布口罩或面罩時，請務必洗手。孩子戴口罩時，請提醒他們不要摸自己的眼睛、鼻子或嘴巴。當他們脫掉口罩時，這一點也很重要。
- 雙手只能觸摸口罩的帶子。使用後要立即清洗，或者如果是一次性的，則將其丟棄。

- 幫助您的孩子學習正確洗手。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。避開遊樂場和玩耍約會。儘量留在家中。在戶外聚合的風險可能比在室內小。
- 如果您的孩子確實需要與一群人在一起，請教導他們保持社交距離。嘗試至少保持 1.8 公尺（6 英尺）的距離。避免握手、擁抱和擊掌。他們應避免觸摸自己的臉並經常洗手。
- 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。咳嗽後，讓他們將用過的面紙扔進垃圾箱，並將手洗乾淨。

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。



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All Rights Reserved.