

## Patient Education

---

### 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）患者の退院指導、子供

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

#### このトピックについて

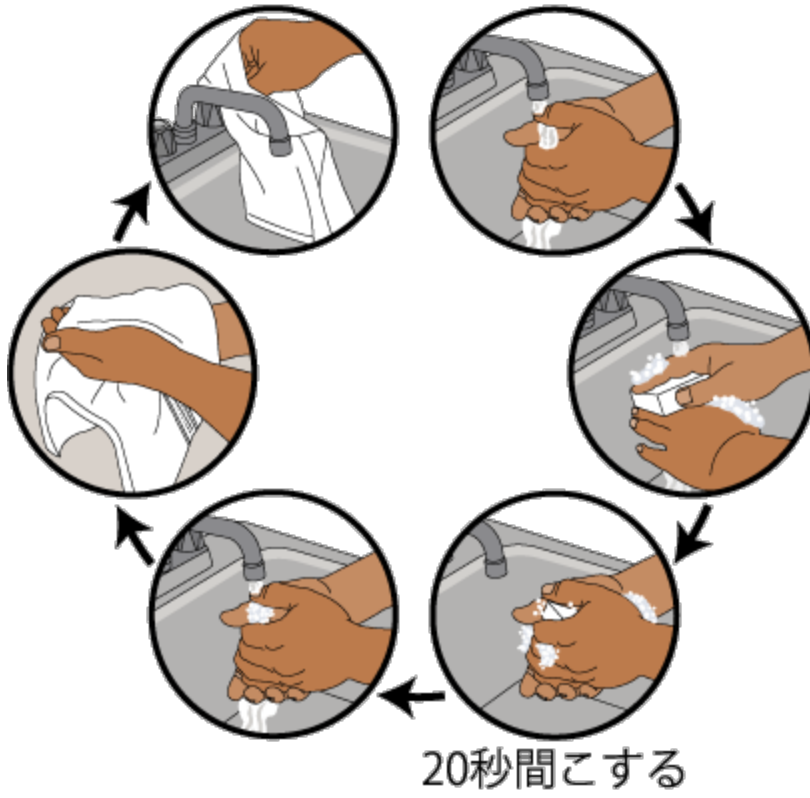
新型コロナウイルス感染症は、COVID-19 としても知られています。肺に感染が生じるウイルス性疾患です。SARS 関連コロナウイルス（SARS-CoV-2）と呼ばれるウイルスによって引き起こされます。

COVID-19 の症状は、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、症状が現れるまでに時間がかかります。感染の症状がまったく見られない人もいます。お子様に咳、発熱、悪寒による震えが起こり、呼吸が困難になることがあります。お子様が非常に疲れていたり、筋肉痛、頭痛、喉の痛みがあるかもしれません。吐き気を感じたり、軟便になったりする子供もいます。また、においや味を感じなくなる人もいます。赤ちゃんに摂食の問題が見られるかもしれません。COVID-19 にかかった一部の子供は、指やつま先に赤紫色の斑点が見られます。これらの症状すべてが、お子様の感染中に常に現れるわけではなく、症状は現れたり現れなかったりします。

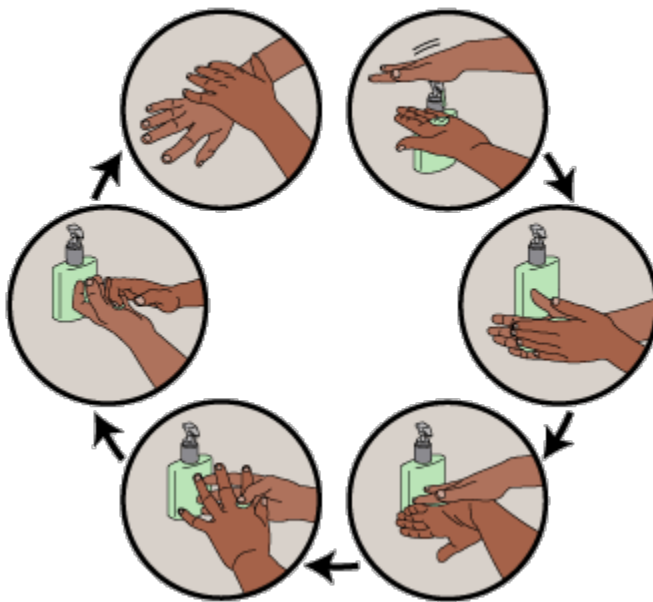
感染した人が会話やくしゃみ、咳をすると、ウイルスは飛沫を介して簡単に広がります。近距離での会話、歌を歌う、抱き合う、食べ物をシェアする、握手をするときに、ウイルスを他の人にうつすことがあります。また、病原体はテーブル、ドアの取っ手、電話などの表面で生き続けます。つまり、ウイルスの付いた表面に接触した手で顔に触ると感染してしまうことがあります。無症状であっても、感染を広げてしまうことがあると考えられていますが、感染の経緯については不明です。そのため、人との距離を取ることでウイルスの拡散を遅らせるための効果的な方法なのです。

お子様の COVID-19 が軽症の場合はよくなるまで自宅で療養できますが、重症の場合は入院が必要になることもあります。一部のお子様には、全身に炎症がみられることもあります。COVID-19 にかかった子供は他人から隔離しなければなりません。担当医師の許可を得るまで、お子様を感染していない人に近づかせることはできません。

## 手洗い



## 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。
- 熱で失われた水分を補うために、お子様に水、ジュース、またはスープを多めに摂取させてください。
- 鼻づまりと咳を緩和するのにお子様の部屋に、低温ミスト式の加湿器を使ってもよいでしょう。
- 年長のお子様の場合、横になったときに2～3個の枕を使って、体を支えてもかまいません。呼吸がしやすくなり、睡眠が楽になることがあります。
- 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、感染していない人の周りにはマスクを着用させます。布製のマスクは、2層以上の布地がある場合に効果があります。
  - お子様は頻繁に手を洗うように手助けします。
  - お子様は自宅では家族から離れ、個室で過ごさせます。世話をする人の数を制限します。お子さまの通院以外の外出は控えます。
  - 可能であれば、家族とは別のトイレを使用します。
  - 別の皿、食器、寝具、タオル、電子機器を使用します。
  - 頻繁に触れるものは、殺菌剤で頻繁に拭き取ります。これらには、ドアノブ、照明スイッチ、リモコン、電話、キーボード、調理台、テーブルなどが含まれます。
  - ペットとの接触を避けてください。
  - 訪問者を家に招くことは避けてください。

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はCOVID-19に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

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？

発病してからどの位の期間、他の人にウイルスをうつす可能性があるのか、医師にも不明です。したがって、お子様が発病したらお子様を個室にいさせることが大切です。現時点では、医師は、お子様の発病後に従うべき一般的なガイドラインを提供しています。お子様が他の人と出かける前に、次のことを行う必要があります。

- 解熱剤を服用しない状態で 3 日間発熱していない
- 咳または息切れの症状がない
- 最初に症状が出てから、または最初に検査で陽性になってから 10 日以上経っており、かつ上記のような症状がない状態である必要があります。一部の専門家は 14 日間待つよう推奨しています。

COVID-19 検査で、1 日以上間隔をあけて 2 回陰性の結果が出ることを確認することもあります。このウイルスに再び感染する可能性についても不明です。

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 歳以上の場合は、2 層以上の布地で作られた布製マスクまたはフェイスカバーを着用してください。
  - 外出時。できる限り家にいることが最良です。食料や医薬品のため以外の外出は控えてください。お子様が他の人と一緒にいる必要がある場合は、少なくとも 6 フィート（1.8 メートル）離れさせるようにしてください。
  - COVID-19 の症状があり、やむを得ず他の人と同じ部屋にいる場合。COVID-19 にかかっている場合は、他の人から離れて個室にいることが最良です。

- 自宅で COVID-19 に感染している家族を看病する時。できれば、手袋を着用してください。
- COVID-19 の症状があり、他の人の周りにはいる場合は、他の人から離れて部屋に居るのが最良です。
- COVID-19 に感染したリスクが高く、他の人の近くにはいる場合。
- 布製のマスクやフェイスカバーを外した後はできるだけ早くあなたとお子様の手を洗ってください。マスクをしているときは、目、鼻、口に触れないようにお子様に教えてください。これは、お子様がマスクを外すときにも重要です。
- マスクはストラップだけに触れてください。使用後はすぐに洗うか、使い捨ての場合は捨てさせてください。
- お子様は正しい手の洗い方を身につけられるように手助けします。お子様に、頻繁に、特に咳やくしゃみをした後は、石鹸と水で最低 20 秒手を洗わせませす。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 秒間手に擦り込みませす。
- 人混みを避けてませす。遊び場に行ったり、遊ぶ約束は避けてませす。できる限り家に居るようにしてませす。屋外では、屋内での集まりよりもリスクが少ないと考えられませす。
- お子様は他の人々のグループに居なければならぬ場合は、社会的距離の確保（ソーシャルディスタンス）について教えてください。少なくとも 6 フィート（1.8 m）離れるようにしてませす。握手、ハグ、ハイタッチは控えてませす。顔に触れないようにし、頻繁に手を洗わせませす。
- お子様は、咳やくしゃみをするときはティッシュで口と鼻を覆うように教えてください。肘に咳をしてもかまいません。使用済みティッシュはゴミ箱に捨てさせ、手をよく洗わせませす。

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。



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