

Patient Education

Koronawirus 2019 (COVID-19) - zalecenia przy wypisie, dzieci

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

Informacje na ten temat

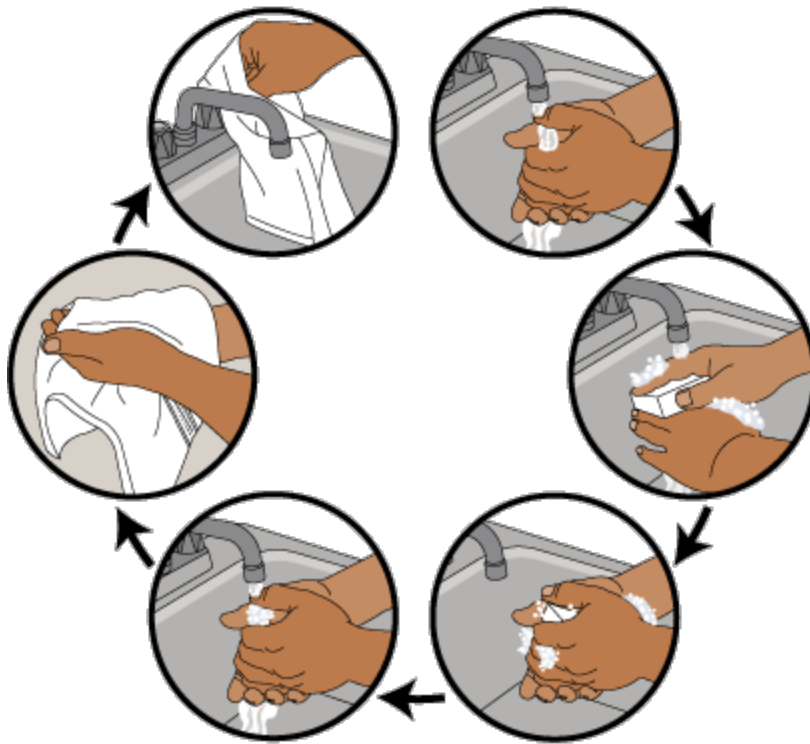
Koronawirus 2019 znany jest także jako COVID-19. Jest to zakażenie wirusowe obejmujące płuca. Jest to choroba wywoływana przez wirus, nazywany koronawirusem SARS (SARS-CoV-2).

Objawy COVID-19 najczęściej pojawiają się kilka dni po zakażeniu. U niektórych osób objawy zaczynają pojawiać się później. Inne w ogóle nie mają objawów zakażenia. U dziecka może wystąpić kaszel, gorączka, dreszcze oraz trudności z oddychaniem. Dziecko może być bardzo zmęczone, mogą wystąpić bóle mięśni, ból głowy lub ból gardła. U niektórych dzieci występuje rozstrój żołądka lub luźne stolce. Inne tracą zmysł węchu lub smaku. Niemowlęta mogą mieć problemy z jedzeniem. Niektóre dzieci, u których wystąpiła choroba COVID-19, mają czerwono-fioletowe plamy na palcach rąk lub nóg. Objawy u dziecka mogą nie występować przez cały czas i podczas choroby mogą mieć charakter nawracający.

Wirus łatwo rozprzestrzenia się drogą kropelkową, gdy chora osoba mówi, kicha lub kaszle. Ludzie mogą przekazać wirusa innym, kiedy rozmawiają z nimi w bliskiej odległości, śpiewają, przytulają się, dzielą się jedzeniem lub ściskają ręce. Wirusy przeżywają na powierzchniach, takich jak stoły, klamki i telefony. Oznacza to, że osoba może zarazić się poprzez dotknięcie powierzchni, na której znajduje się wirus, a następnie dotknięcie twarzy. Lekarze uważają, że osoby zakażone mogą zarażać, nawet jeśli nie mają objawów, ale nie wiedzą, jak do tego dochodzi. Dlatego oddzielenie ludzi jest jednym z najlepszych sposobów na spowolnienie rozprzestrzeniania się wirusa.

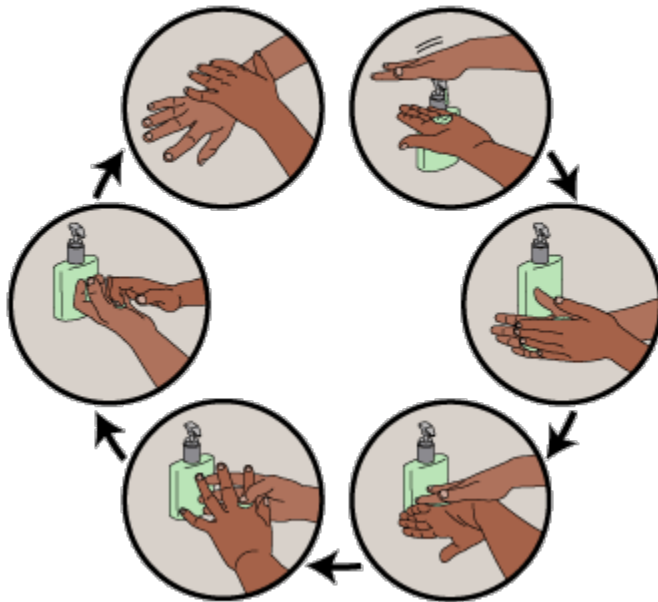
Niektóre dzieci przechodzą COVID-19 łagodnie i do czasu powrotu do zdrowia mogą przebywać w domu. Inni mogą podczas choroby wymagać hospitalizacji. U niektórych dzieci mogą występować stany zapalne w różnych częściach ciała. Dzieci z COVID-19 należy izolować od innych osób. Mogą powrócić do kontaktów z innymi ludźmi, gdy zezwoli na to lekarz.

Mycie rąk



Szorować
przez 20 sekund

Dezynfekcja rąk



Jaka opieka jest potrzebna w domu?

- Należy zapytać lekarza, jak postępować po powrocie do domu. Jeśli zalecenia lekarza są niezrozumiałe, należy zadawać pytania.
- Dziecko powinno pić dużo wody, soków lub bulionu, aby uzupełnić płyny utracone w trakcie gorączki.
- Aby złagodzić nieżyt nosa i kaszel, można użyć w pokoju dziecka nawilżacza powietrza.
- Starszym dzieciom można do spania podkładać 2 lub 3 poduszki, co ułatwi oddychanie i zasypianie. Może to ułatwić oddychanie podczas snu.
- Nie palić w pobliżu dziecka.
- Aby zminimalizować ryzyko zarażenia innych osób, należy:
 - Dzieci powyżej 2 roku życia powinny **nosić maseczkę, przebywając w otoczeniu osób**, które nie są chore. Maski materiałowe działają najlepiej, jeśli mają więcej niż jedną warstwę materiału.
 - Dopilnować, aby dziecko często myło ręce.
 - W domu dziecko powinno przebywać w oddzielnym pokoju, z dala od innych. Ograniczyć liczbę opiekunów. Dziecko powinno wychodzić wyłącznie w celu uzyskania opieki medycznej.
 - Jeżeli jest to możliwe, należy korzystać z oddzielnej łazienki.
 - Używać oddzielnych naczyń, przyborów, pościeli, ręczników i urządzeń elektronicznych.
 - Przecierać często używane przedmioty z użyciem środka dezynfekującego. Są to między innymi klamki, przełączniki światła, piloty, telefony, klawiatura, blaty i stoły.
 - Unikać kontaktu ze zwierzętami.
 - Unikać przyjmowania gości w domu.

Jaka opieka pooperacyjna jest potrzebna?

- Lekarz może zalecić wizyty w gabinecie w celu sprawdzenia postępów dziecka. Należy przychodzić na te wizyty. Podczas tych wizyt dzieci powyżej 2 roku życia powinny nosić maseczkę.
- Jeżeli istnieje taka możliwość, należy z wyprzedzeniem poinformować personel o tym, że dziecko jest chore na COVID-19, co umożliwi podjęcie przez personel dodatkowych działań w celu uniknięcia rozprzestrzeniania się choroby. Pacjent może zostać umieszczony w oddzielnym pokoju lub zostać poproszony o poczekanie w samochodzie do czasu wezwania.
- Powrót do pełni zdrowia u dziecka może zająć kilka tygodni.

Jakie leki mogą być potrzebne?

Lekarz może przepisać leki, aby:

- Obniżyć gorączkę

Czy aktywność fizyczna zostanie ograniczona?

Być może dziecko będzie musiało ograniczyć aktywność fizyczną. Należy skonsultować się z lekarzem w sprawie doboru odpowiedniej ilości aktywności dla dziecka. Jeżeli dziecko miało bardzo silne objawy COVID-19, powrót do pełni sił może zająć trochę czasu.

Czy konieczny będzie jakiś inny rodzaj opieki?

Lekarze nie wiedzą, jak długo po zachorowaniu osoba zakażona może zarażać wirusem inne osoby. Dlatego ważne jest, aby podczas choroby dziecko przebywało w oddzielnym pomieszczeniu. Na razie lekarze wydają rodzicom dzieci, które wyzdrowiały, ogólne zalecenia. Zanim dziecko będzie mogło przebywać w otoczeniu innych osób powinno:

- Nie mieć gorączki przez 3 dni bez przyjmowania jakichkolwiek leków na obniżenie temperatury.
- Nie mieć żadnych objawów kaszlu ani duszności.
- Odczekać co najmniej 10 dni od wystąpienia pierwszych objawów lub od pierwszego dodatniego wyniku testu. Ponadto dziecko nie może mieć żadnych objawów, jak opisano powyżej. Niektórzy eksperci zalecają odczekanie 14 dni.

Czasami lekarze będą chcieli, aby dziecko uzyskało 2 ujemne wyniki testu na COVID-19 w odstępie co najmniej 1 dnia. Lekarze nie wiedzą także, czy możliwe jest ponowne zarażenie się wirusem.

Jakie problemy mogą wystąpić?

- Utrata płynów. Jest to odwodnienie
- Długotrwałe lub krótkotrwałe uszkodzenie płuc
- Problemy z sercem
- Zgon

W jaki sposób można zapobiec temu problemowi zdrowotnemu?

- Od wieku powyżej 2 lat nosić maskę z tkaniny lub osłonę twarzy wykonaną z więcej niż jednej warstwy materiału:
 - Podczas opuszczania domu. Najlepiej jak najwięcej czasu spędzać w domu. Wychodzić wyłącznie w celu zrobienia zakupów spożywczych lub kupienia leków. Jeśli dziecko musi przebywać w pobliżu innych osób, należy starać się utrzymywać je w odległości co najmniej 1,8 metra (6 stóp) od nich.
 - Jeżeli pacjent jest chory na COVID-19 i musi przebywać w tym samym pomieszczeniu z innymi ludźmi. Gdy pacjent choruje na COVID-19, najlepiej, aby przebywał w oddzielnym pomieszczeniu.
 - Podczas opieki nad domownikiem chorym na COVID-19. Dobrze jest nosić rękawiczki.

- Jeżeli pacjent ma objawy COVID-19 i przebywa w otoczeniu innych osób, najlepiej jest, aby pozostawał w oddzielnym pomieszczeniu.
- Jeżeli występuje wysokie ryzyko COVID-19 i pacjent przebywa w otoczeniu innych osób.
- Myć swoje ręce i ręce dziecka niezwłocznie po zdjęciu materiałowej maseczki lub osłony twarzy. Przypominać dziecku, aby podczas noszenia maseczki nie dotykało oczu, nosa ani ust. Jest to również istotne podczas zdejmowania maseczki.
- Maseczki zakładać i zdejmować, chwytając wyłącznie za wiązania maseczek. Prać zaraz po użyciu lub wyrzucać w przypadku maseczek jednorazowych.
- Nauczyć dziecko, jak prawidłowo myć ręce. **Często** myć ręce wodą i mydłem przez co najmniej 20 sekund, zwłaszcza po kasznięciu lub kichnięciu. Środki dezynfekujące do rąk na bazie alkoholu co najmniej 60-procentowego również zabijają wirusa. Wcierać środek dezynfekujący w dłonie przez co najmniej 20 sekund.
- Unikać tłumów. Unikać placów zabaw i spotkań w celu zabawy. Możliwie jak najwięcej czasu spędzać w domu. Na zewnątrz jest prawdopodobnie mniejsze ryzyko niż w przypadku gromadzenia się w pomieszczeniach.
- Jeżeli dziecko musi przebywać w grupie osób, należy nauczyć je dystansowania społecznego. Starać się utrzymywać dystans przynajmniej 1,8 metra (6 stóp) od innych osób. Unikać uścisków dłoni, przytulania się i „przybijania piątki”. Dzieci powinny unikać dotykania twarzy i powinny często myć ręce.
- Należy nauczyć dziecko zakrywać usta i nos chusteczką podczas kaszlenia i kichania. Dziecko może także kaszleć w zgięcie łokcia. Chusteczki należy wyrzucać do kosza na śmieci i myć ręce po dotknięciu zużytych chusteczek.

Kiedy należy zadzwonić do lekarza?

- Objawy zakażenia. Należą do nich: gorączka 38°C (100,4°F) lub wyższa, dreszcze, kaszel, większa ilość lub zmiana koloru płwociny.
- Pogarszające się oddychanie — cięższe lub szybsze niż przedtem lub dziecko czuje, jakby docierało do niego mniej powietrza.
- Problemy z oddychaniem w pozycji leżącej na plecach.
- Dziecko ma potrzebę pochylenia się do przodu w pozycji siedzącej, aby ułatwić oddychanie.
- Dziecko ma czerwono-fioletowe plamy na palcach u rąk lub nóg.
- Dziecko ma problemy z jedzeniem.
- Opuszki palców, paznokcie, skóra lub usta stają się niebieskie.

Opowiedz własnymi słowami, co właśnie Ci powiedziano

Metoda „Teach Back” (wyjaśnienie zwrotne) pomaga rodzicowi zrozumieć przedstawione mu informacje. Po rozmowie z pracownikiem personelu medycznego rodzic powinien własnymi słowami

wyjaśnić to, co właśnie usłyszał. Pozwala to sprawdzić, czy pracownik personelu medycznego przedstawił jasno wszystkie informacje. Umożliwia to również wyjaśnienie niezrozumiałych informacji. Przed pójściem do domu rodzic musi upewnić się, że:

- Potrafi wyjaśnić, na co jest chore dziecko.
- Wie, co może ułatwić dziecku oddychanie.
- Wie, co powinien zrobić, aby uniknąć przeniesienia infekcji na inne osoby.
- Wie, co powinien zrobić w razie wystąpienia u dziecka trudności z oddychaniem; uczucia senności lub dezorientacji; lub gdy opuszki palców, paznokcie, skóra lub usta stają się niebieskie.

Informacje dla konsumentów, zastosowanie i wyłączenie odpowiedzialności:

Niniejszych informacji nie należy traktować jako specjalistycznej porady medycznej ani zastępować nimi informacji otrzymanych od pracownika służby zdrowia. Są one jedynie krótkim podsumowaniem ogólnych informacji. Podsumowanie to NIE zawiera wszystkich informacji na temat dolegliwości, chorób, urazów, badań, zabiegów, leczenia, terapii, zaleceń przy wypisie ze szpitala ani wyborów związanych ze stylem życia, które mogą dotyczyć danego pacjenta. W celu uzyskania kompletnych informacji na temat zdrowia i możliwości leczenia należy skontaktować się z pracownikiem służby zdrowia. Niniejsze informacje nie powinny stanowić podstawy do podejmowania decyzji dotyczących przyjmowania lub odrzucania porad, wskazań lub zaleceń pracownika służby zdrowia. Jedynie pracownik służby zdrowia posiada odpowiednią wiedzę i doświadczenie wymagane do udzielania porad odpowiednich dla danego pacjenta.



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