

Patient Education

Bệnh viêm phổi do vi rút Corona 2019 (COVID-19) Hướng dẫn Xuất viện, 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

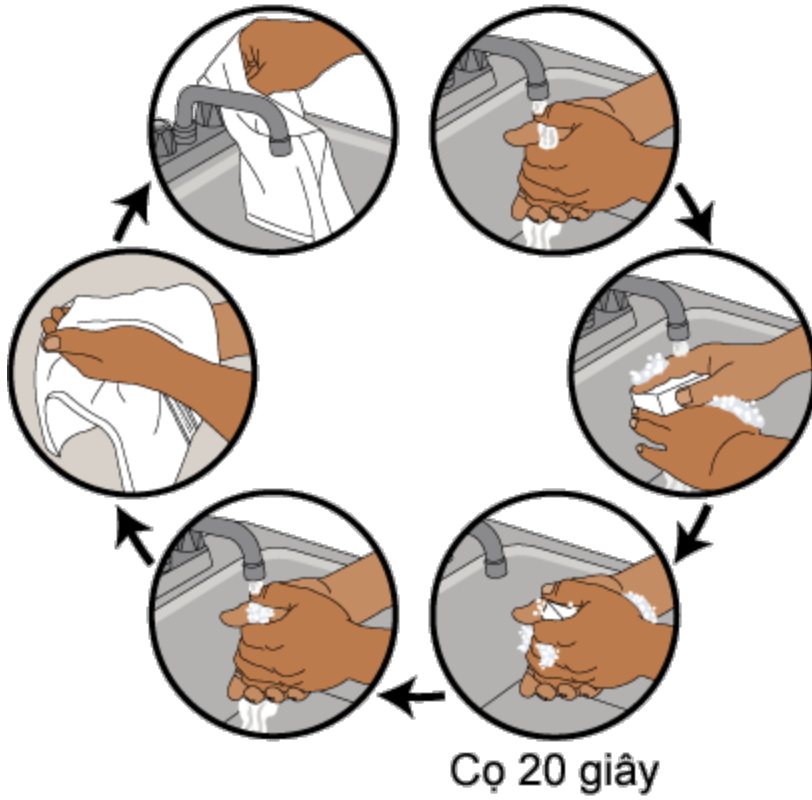
Bệnh viêm phổi do vi rút Corona 2019 còn gọi là COVID-19. Đó là một bệnh nhiễm vi rút ảnh hưởng đến phổi. Bệnh này gây ra do một vi rút gọi là vi rút corona liên quan đến SARS (SARS-CoV-2).

Các dấu hiệu của COVID-19 thường bắt đầu vài ngày sau khi quý vị bị nhiễm bệnh. Một số người phải mất nhiều thời gian hơn mới có các dấu hiệu. Số khác lại không có dấu hiệu bị nhiễm bệnh. Con quý vị có thể bị ho, sốt, lạnh run và khó thở. Con quý vị có thể rất mệt mỏi, đau cơ, nhức đầu hoặc đau họng. Một số trẻ bị rối loạn dạ dày hoặc phân lỏng. Những người khác bị mất cảm nhận mùi hoặc vị. Trẻ sơ sinh có thể khó cho bú. Một số trẻ bị COVID-19 sẽ nổi những chấm màu tím đỏ trên ngón tay hoặc ngón chân. Không phải lúc nào con quý vị cũng thấy có những dấu hiệu này và chúng có thể xuất hiện và hết trong khi trẻ bị bệnh.

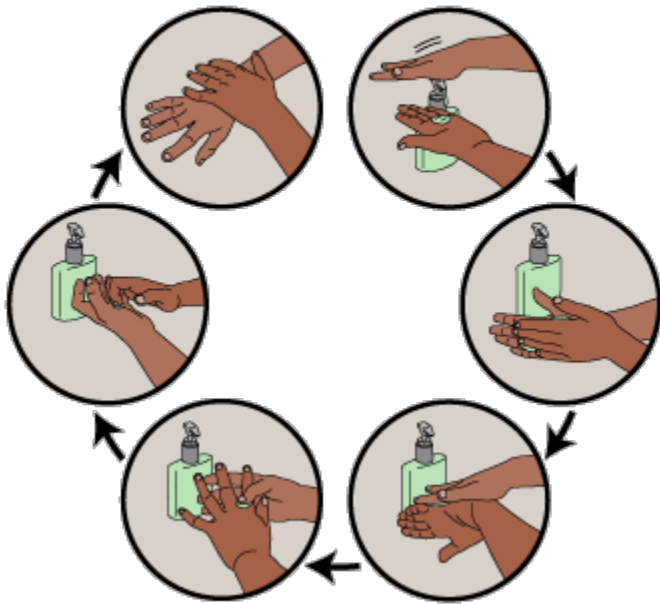
Vi rút này lây lan dễ dàng qua các giọt bắn văng ra khi người bị nhiễm bệnh nói, hắt hơi hoặc ho. Người ta có thể truyền vi rút này cho người khác khi nói chuyện gần nhau, hát, ôm, chia sẻ thức ăn hoặc bắt tay. Mầm bệnh này cũng sống sót trên các bề mặt như bàn, tay nắm cửa và điện thoại. Có nghĩa là những người khác có thể bị bệnh nếu sờ vào bề mặt có vi rút này rồi sau đó sờ lên mặt mình. 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 mọi người phải giãn cách nhau lại là một trong những cách tốt nhất để làm chậm sự lây lan của vi rút này.

Một số trẻ em bị nhiễm COVID-19 nhẹ và có thể được chăm sóc ở nhà cho đến khi khỏe hơn. Những người khác có thể phải nhập viện nếu bệnh rất nặng. Một số trẻ cũng bị viêm nhiễm khắp cơ thể. Trẻ em bị COVID-19 phải cách ly với người khác. Chúng có thể ở gần người khác khi bác sĩ của trẻ nói rằng việc tiếp xúc đó là an toàn.

Rửa tay



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 trẻ để giảm nghẹt mũi và ho.
- Trẻ lớn hơn có thể cần sử dụng 2 đến 3 gối để tự nâng đầu khi nằm xuống. 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 em trên 2 tuổi nên **mang khẩu trang khi ở gần những người khác** không bị bệnh. Khẩu trang vải có tác dụng tốt nhất nếu làm bằng nhiều lớp vải.
 - Giúp con quý vị rửa tay thường xuyên.
 - Cho con quý vị ở nhà trong một phòng riêng, tránh xa những người khác. Hạn chế số lượng người chăm sóc. Chỉ cho con quý vị đi ra ngoài khi cần chăm sóc y tế.
 - Sử dụng phòng tắm riêng nếu có thể.
 - Sử dụng riêng bát đĩa, dụng cụ ăn, đồ trải giường, khăn tắm và các thiết bị điện tử.
 - Lau chùi sạch các đồ vật thường xuyên chạm vào bằng chất khử trùng. Gao gồm những thứ như tay nắm cửa, công tắc đèn, điều khiển từ xa, điện thoại, bàn phím, mặt bàn và quỳ.
 - 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

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 chưa biết một người có thể truyền vi rút cho người khác trong bao lâu sau khi họ bị bệnh. Đây là lý do tại sao điều quan trọng là phải cho con quý vị ở trong một phòng riêng khi trẻ bị bệnh. Ngay lúc này, bác sĩ sẽ đưa ra hướng dẫn chung để thực hiện sau khi con quý vị bị bệnh. Trước khi con quý vị ở gần những người khác, thì trẻ phải:

- Không bị sốt trong 3 ngày mà không dùng thuốc để hạ sốt
- Không có triệu chứng ho hoặc khó thở
- Chờ ít nhất 10 ngày sau khi có triệu chứng đầu tiên hoặc kết quả xét nghiệm dương tính đầu tiên, nhưng trẻ phải không có triệu chứng nêu trên. Một số chuyên gia đề nghị chờ 14 ngày.

Đôi khi bác sĩ cũng muốn trẻ phải có 2 xét nghiệm âm tính với COVID-19 cách nhau ít nhất 1 ngày. Bác sĩ cũng không biết người ta có thể bị nhiễm lại vi rút này nữa 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 mặt được làm bằng nhiều lớp vải cho người trên 2 tuổi:
 - Khi ra khỏi nhà của mình. Tốt nhất là nên ở nhà nhiều nhất có thể. Chỉ đi ra ngoài để lấy thực phẩm hoặc thuốc. Nếu con quý vị phải ở gần những người khác, hãy cố gắng cho trẻ cách xa họ tối thiểu 6 feet (1,8 mét).
 - Nếu quý vị bị nhiễm COVID-19 và phải ở cùng phòng với người khác. Tốt nhất là ở trong phòng cách xa người khác khi quý vị bị nhiễm COVID-19
 - Khi quý vị chăm sóc người trong nhà bị nhiễm COVID-19. Quý vị cũng phải đeo găng tay.
 - Nếu quý vị có các triệu chứng của COVID-19 và ở gần người khác, thì tốt nhất là ở trong phòng cách xa những người khác.
 - Nếu quý vị có nguy cơ cao bị nhiễm COVID-19 và đang ở quanh những người khác.
- Rửa tay quý vị và con quý vị ngay khi tháo khẩu trang hoặc khăn che mặt ra. Nhắc con quý vị không chạm vào mắt, mũi hoặc miệng khi trẻ mang khẩu trang vào. Điều này cũng quan trọng khi trẻ tháo khẩu trang ra.

- Chỉ cầm vào dây đeo khẩu trang. Giặt sạch khẩu trang ngay sau khi sử dụng hoặc vứt bỏ đi nếu là loại dùng một lần.
- Giúp con quý vị học cách rửa tay đúng. **Thường xuyên** rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây, đặc biệt sau khi ho hoặc hắt hơi. Chất khử trùng tay có chứa ít nhất 60% cồn cũng có tác dụng tiêu diệt virút. Xoa tay bằng chất khử trùng tay trong ít nhất 20 giây.
- Tránh đám đông. Tránh sân chơi và ngày vui chơi. Cố gắng ở nhà nhiều nhất có thể. Ở ngoài trời có thể sẽ ít rủi ro hơn so với việc tập trung trong nhà.
- Nếu con quý vị cần phải tham gia với nhóm người khác, thì hãy dạy trẻ 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 nên tránh chạm vào mặt mình và rửa tay thường xuyên.
- Dạy con quý vị che miệng và mũi bằng khăn giấy khi ho hoặc hắt hơi. Trẻ cũng có thể dùng khuỷu tay che miệng khi ho. Yêu cầu trẻ vứt khăn giấy vào thùng rác và rửa tay sau khi chạm vào khăn giấy đã sử dụng.

Khi nào tôi cần gọi cho bác sỹ?

- 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.



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