

# 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).

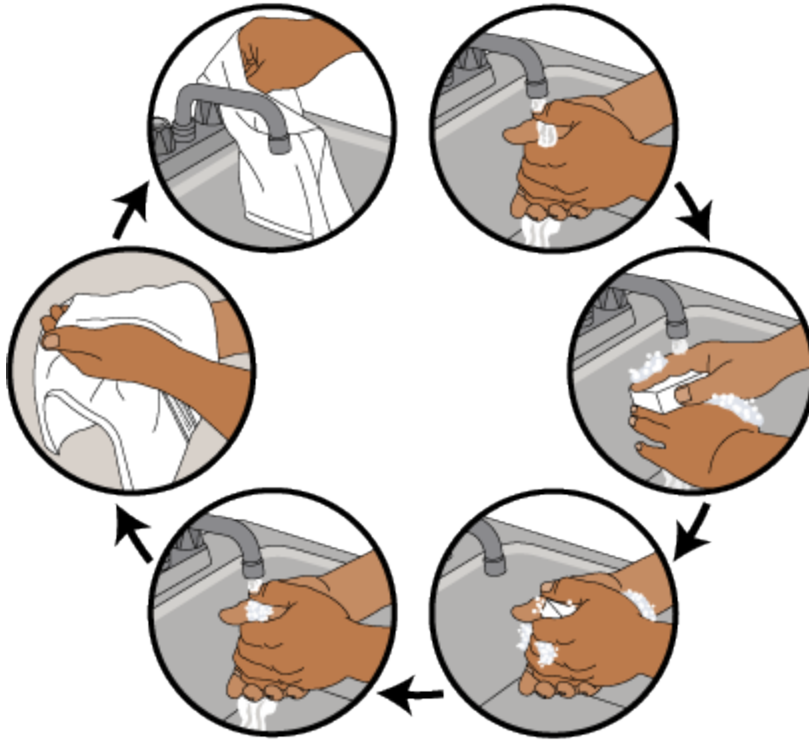
Các dấu hiệu của COVID-19 thường sẽ xuất hiện vài ngày sau khi quý vị bị nhiễm. Ở một số người, các dấu hiệu sẽ xuất hiện muộn hơn. Có những người lại không bao giờ có dấu hiệu bị nhiễm bệnh. Con quý vị có thể bị ho, sốt, lạnh run và có thể khó thở. Con quý vị có thể rất mệt mỏi, đau cơ, đau đầu hoặc 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 tiêm vắc-xin khi có thể là một trong những cách tốt nhất để giúp quý vị khỏe mạnh và 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.

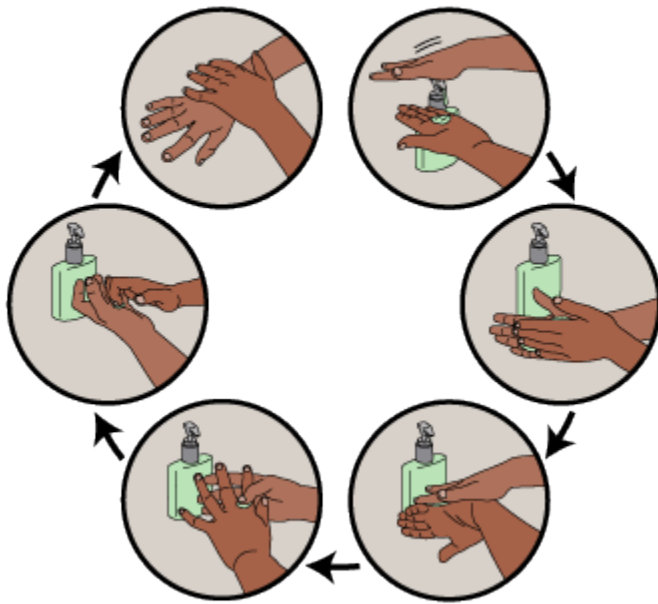
### Image Filename

## 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, tất cả những người đủ điều kiện nên tiêm vắc-xin COVID-19.
- Nếu trẻ chưa được tiêm vắc-xin đầy đủ, hãy:
  - 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 trẻ ở nhà trong một phòng riêng biệt, tránh xa những người khác nếu có thể. 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.

### **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.
- Nếu có thể, nên báo trước cho nhân viên y tế biết là trẻ bị nhiễm COVID-19 để họ cần trọng hơn nhằm tránh lây lan bệnh. Họ có thể chuẩn bị một phòng riêng biệt cho quý vị; 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 trẻ 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 24 giờ mà không phải dùng bất kỳ loại thuốc nào để hạ sốt
- 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 khuyên nên chờ 20 ngày với người bị nhiễm bệnh nặng hơn.

Hãy trao đổi với bác sĩ của trẻ về vắc-xin COVID-19 dành cho trẻ em.

### **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

### **Khi nào tôi cần gọi cho bác sĩ?**

- Trẻ khó thở đến mức mỗi lần chỉ có thể nói một hoặc hai từ.
- Trẻ phải ngồi thẳng thì mới có thể thở được hoặc không thể nằm xuống.
- Trẻ bị đau hoặc có cảm giác nặng ngực.
- Môi hoặc mặt trẻ tái xanh.
- Trẻ tỏ ra lú lẫn hoặc không đáp lại.
- Trẻ bị sốt trên 38,4°C (100,4°F) trong hơn 24 giờ và bị nổi mẩn.
- Trẻ khó thở khi nói chuyện hoặc ngồi yên.
- Trẻ nôn trớ khi uống chất lỏng, không uống được bất kỳ thứ gì trong nhiều giờ, **và** có một hoặc nhiều dấu hiệu sau đây:
  - Trẻ không tỉnh táo như bình thường, rất buồn ngủ hoặc ít hoạt bát hơn nhiều.
  - Trẻ luôn quấy khóc.
  - Tã của trẻ sơ sinh không ướt trong hơn 8 giờ.
  - Trẻ lớn hơn không có nhu cầu đi tiểu trong hơn 12 giờ.
  - Da trẻ hơi lạnh.
- Trẻ khó ăn uống bình thường.

- Trẻ bị khô miệng.
- Trẻ có ít hoặc không có nước mắt khi khóc.
- Nước tiểu của trẻ sẫm màu.
- Trẻ ít hoạt bát hơn bình thường.
- Trẻ nôn ra máu hoặc tiêu chảy có máu.
- Trẻ bị tiêu chảy kéo dài hơn vài ngày.
- Trẻ nôn trớ kéo dài hơn 1 ngày.
- Trẻ dường như chuyển biến xấu sau khi cải thiện trong một vài ngày.
- Trẻ xuất hiện các đốm màu tím đỏ trên ngón tay hoặc ngón chân.

### **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 anh/chị biết những việc tôi có thể làm để tránh lây nhiễm cho người khác.
- Tôi có thể nói rõ những việc mình sẽ làm nếu trẻ khó thở, cảm thấy buồn ngủ hoặc lú lẫn, xuất hiện những đốm màu đỏ tía ở ngón tay hoặc ngón chân.

### **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 mà 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 từ 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. <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.