

Patient Education

Οδηγίες εξόδου για COVID-19, Παιδί

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

Σχετικά με το θέμα αυτό

Η νόσος του κορωνοϊού 2019 αναφέρεται επίσης και ως COVID-19. Είναι μια ιογενής νόσος που προσβάλλει τους πνεύμονες. Προκαλείται από έναν ιό που ονομάζεται «σχετιζόμενος με SARS κορωνοϊός» (SARS-CoV-2).

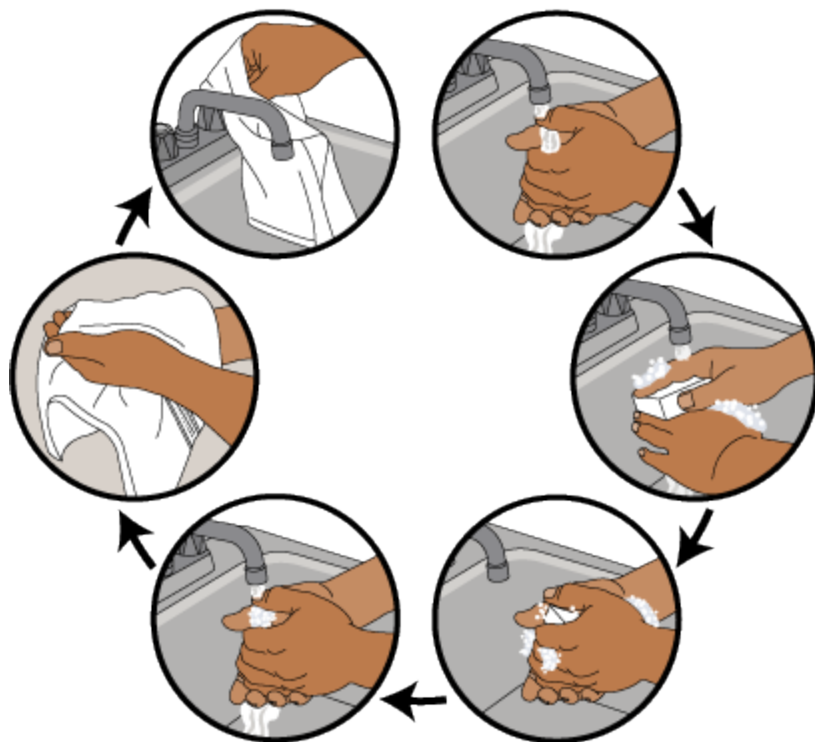
Τα συμπτώματα της COVID-19 συνήθως ξεκινούν μερικές ημέρες αφού πάθετε τη λοίμωξη. Σε ορισμένα άτομα, χρειάζεται περισσότερο χρονικό διάστημα για να εμφανιστούν τα συμπτώματα. Άλλα άτομα δεν εμφανίζουν ποτέ συμπτώματα της λοίμωξης. Το παιδί σας μπορεί να παρουσιάσει βήχα, πυρετό, τρέμουλο, ρίγη και μπορεί να δυσκολεύεται να αναπνεύσει. Το παιδί σας μπορεί να έχει έντονη κόπωση, μυϊκούς πόνους, πονοκέφαλο ή πονόλαιμο. Μερικά παιδιά έχουν ναυτία ή διάρροια. Άλλα χάνουν την αίσθηση της όσφρησης ή της γεύσης. Τα βρέφη μπορεί να έχουν πρόβλημα με τη σίτιση. Ορισμένα παιδιά με COVID-19 παρουσιάζουν κοκκινωπές-μοβ κηλίδες στα δάχτυλα των χεριών ή των ποδιών τους. Το παιδί σας μπορεί να μην έχει αυτά τα συμπτώματα όλη την ώρα και μπορεί να έρχονται και να φεύγουν ενόσω είναι άρρωστο.

Ο ιός μεταδίδεται εύκολα μέσω σταγονιδίων όταν ένα άτομο που έχει τη λοίμωξη μιλάει, φτερνίζεται ή βήχει. Τα άτομα μπορεί να μεταδώσουν τον ιό σε άλλους όταν μιλάνε κοντά ο ένας στον άλλον, τραγουδάνε, αγκαλιάζουν, μοιράζονται φαγητό ή κάνουν χειραψία. Οι γιατροί πιστεύουν ότι οι μικροοργανισμοί επιβιώνουν επίσης σε επιφάνειες όπως τραπέζια, πόμολα πορτών και τηλέφωνα. Ωστόσο, αυτός δεν είναι συνηθισμένος τρόπος μετάδοσης της COVID-19. Οι γιατροί πιστεύουν επίσης ότι τα άτομα μπορούν να μεταδώσουν τη λοίμωξη ακόμα και αν δεν έχουν καθόλου συμπτώματα, αλλά δεν γνωρίζουν πώς γίνεται αυτό. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο ο εμβολιασμός όταν μπορείτε είναι ένας από τους καλύτερους τρόπους για να παραμείνετε υγιείς και να επιβραδύνετε την εξάπλωση του ιού.

Ορισμένα παιδιά έχουν μια ήπια μορφή της COVID-19 και μπορούν να φροντιστούν στο σπίτι και μακριά από άλλα άτομα μέχρι να αναρρώσουν. Άλλα μπορεί να χρειαστεί να νοσηλευτούν στο νοσοκομείο εάν είναι πολύ άρρωστα. Ορισμένα παιδιά έχουν επίσης φλεγμονή σε ολόκληρο το σώμα τους. Τα παιδιά με COVID-19 πρέπει να απομονώνονται από τους άλλους. Μπορούν να αρχίσουν να βρίσκονται κοντά σε άλλους όταν ο γιατρός τους πει ότι είναι ασφαλές.

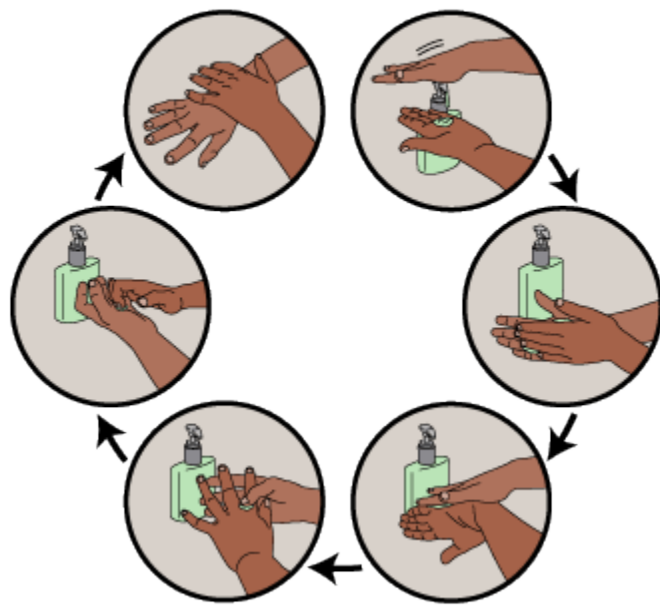
Image Filename

Πλύσιμο χεριών



Τρίψτε για
20 δευτερόλεπτα

Απολύμανση χεριών



Ποια φροντίδα απαιτείται στο σπίτι;

- Ρωτήστε τον γιατρό σας τι χρειάζεται να κάνετε όταν επιστρέψετε στο σπίτι. Βεβαιωθείτε ότι κάνετε ερωτήσεις εάν δεν καταλαβαίνετε τι λέει ο γιατρός.
- Φροντίστε ώστε το παιδί σας να πίνει πολύ νερό, χυμό ή ζωμό για να αναπληρώσει τα υγρά που χάνονται από τον πυρετό.
- Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε υγραντήρες ψυχρής εκνέφωσης στο δωμάτιο του παιδιού σας για να βοηθήσουν στην ανακούφιση από τη συμφόρηση και τον βήχα.
- Τα παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας μπορεί να χρειαστεί να χρησιμοποιήσουν 2 έως 3 μαξιλάρια για να στηριχτούν ψηλότερα όταν ξαπλώνουν. Αυτό μπορεί να διευκολύνει την αναπνοή και τον ύπνο.
- Μην καπνίζετε γύρω από το παιδί σας.
- Για τη μείωση της πιθανότητας μετάδοσης της λοίμωξης σε άλλους, όλοι όσοι είναι κατάλληλοι θα πρέπει να κάνουν το εμβόλιο COVID-19.
- Εάν το παιδί σας δεν είναι πλήρως εμβολιασμένο:
 - Τα παιδιά ηλικίας άνω των 2 ετών πρέπει **να φορούν μάσκα πάνω από το στόμα και τη μύτη τους εάν στο περιβάλλον σας βρίσκονται άλλα άτομα** που δεν είναι άρρωστα. Οι υφασμάτινες μάσκες λειτουργούν καλύτερα εάν έχουν περισσότερες από μία στρώσεις υφάσματος.
 - Βοηθήστε το παιδί σας να πλένει τα χέρια του συχνά.
 - Κρατήστε το παιδί σας σε ένα ξεχωριστό δωμάτιο, εάν είναι δυνατόν, στο σπίτι μακριά από άλλα άτομα. Περιορίστε τον αριθμό φροντιστών. Βγαίνετε με το παιδί σας έξω μόνο για να λάβει ιατρική φροντίδα.
 - Φροντίστε ώστε το παιδί σας να χρησιμοποιεί διαφορετικό μπάνιο εάν είναι δυνατόν.

Ποια φροντίδα παρακολούθησης απαιτείται;

- Ο γιατρός σας μπορεί να σας ζητήσει να φέρετε το παιδί σας στο ιατρείο για να ελέγξει την πρόοδό του. Βεβαιωθείτε ότι τηρείτε αυτές τις επισκέψεις.
- Εάν μπορείτε, ενημερώστε το προσωπικό ότι το παιδί σας έχει COVID-19 εκ των προτέρων, έτσι ώστε να μπορέσουν να λάβουν επιπλέον μέτρα για να σταματήσουν τη μετάδοση της νόσου. Μπορεί να σας βάλουν σε ένα ξεχωριστό δωμάτιο ή να σας ζητήσουν να περιμένετε στο αυτοκίνητό σας μέχρι να σας φωνάξουν.
- Μπορεί να χρειαστούν μερικές εβδομάδες προτού η υγεία του παιδιού σας επιστρέψει στο φυσιολογικό.

Ποια φάρμακα μπορεί να απαιτούνται;

Ο γιατρός μπορεί να ορίσει φάρμακα για:

- Αντιμετώπιση του πυρετού

- Υποβοήθηση της αναπνοής

Θα περιοριστεί η σωματική δραστηριότητα;

Το παιδί σας μπορεί να χρειάζεται να περιορίσει τη σωματική του δραστηριότητα. Επικοινωνήστε με τον γιατρό σχετικά με το σωστό επίπεδο δραστηριότητας για το παιδί σας. Εάν το παιδί σας αρρώστησε σοβαρά με COVID-19, μπορεί να χρειαστεί κάποιο χρονικό διάστημα για να ανακτήσει τις δυνάμεις του.

Θα χρειαστεί άλλη φροντίδα;

Οι γιατροί δεν γνωρίζουν για πόσο χρονικό διάστημα μπορεί ένα άτομο να μεταδώσει τον ιό σε άλλους αφού αρρωστήσει. Αυτός είναι ο λόγος που είναι σημαντικό να κρατήσετε το παιδί σας σε ένα ξεχωριστό δωμάτιο, εάν είναι δυνατόν, όταν είναι άρρωστο. Για την ώρα, οι γιατροί παρέχουν γενικές οδηγίες που πρέπει να ακολουθείτε αφού αρρωστήσει το παιδί σας. Προτού το παιδί σας βρεθεί κοντά σε άλλους, πρέπει:

- Να είναι απύρετο για 24 ώρες χωρίς να πάρει κανένα φάρμακο για να κατεβάσει τον πυρετό
- Να μην υπάρχουν καθόλου συμπτώματα βήχα ή δύσπνοιας
- Περιμένετε τουλάχιστον 10 ημέρες μετά τα πρώτα συμπτώματα ή την πρώτη θετική του εξέταση, και χρειάζεται να μην έχει συμπτώματα σύμφωνα με τα παραπάνω. Ορισμένοι ειδικοί προτείνουν να περιμένετε 20 ημέρες εάν είχατε μια πιο σοβαρή λοίμωξη.

Συζητήστε με τον γιατρό του παιδιού σας σχετικά με τα εμβόλια για COVID-19 για παιδιά.

Ποια προβλήματα θα μπορούσαν να παρουσιαστούν;

- Απώλεια υγρών. Αυτό είναι αφυδάτωση.
- Βραχυχρόνια ή μακροχρόνια πνευμονική βλάβη
- Καρδιακά προβλήματα
- Θάνατος

Πότε χρειάζεται να καλέσω το γιατρό;

- Το παιδί σας δυσκολεύεται τόσο πολύ να αναπνεύσει που μπορεί να πει μόνο μία ή δύο λέξεις κάθε φορά.
- Το παιδί σας πρέπει να κάθεται πάντα σε όρθια θέση για να μπορεί να αναπνέει ή αν δεν μπορεί να ξαπλώνει.
- Το παιδί σας έχει πόνο ή πίεση στο στήθος του.
- Το παιδί σας έχει μπλε χείλη ή πρόσωπο.
- Το παιδί σας δείχνει μπερδεμένο ή δεν ανταποκρίνεται.
- Το παιδί σας έχει πυρετό πάνω από 38,4° C (100,4°F) για περισσότερο από 24 ώρες και έχει εξάνθημα.
- Το παιδί σας έχει πρόβλημα με την αναπνοή όταν μιλάει ή όταν κάθεται ακίνητο.

- Το παιδί σας δεν μπορεί να κρατήσει καθόλου υγρά στο στομάχι του, δεν έχει πει τίποτα για πολλές ώρες, **και έχει ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα:**
 - Το παιδί σας δεν έχει τόση εγρήγορση όσο συνήθως, είναι πολύ νυσταγμένο ή πολύ λιγότερο δραστήριο.
 - Το παιδί σας κλαίει συνέχεια.
 - Το βρέφος σας δεν έχει βρέξει την πάνα του σε διάστημα ανώ των 8 ωρών.
 - Το παιδί μεγαλύτερης ηλικίας δεν είχε την ανάγκη να ουρήσει για πάνω από 12 ώρες.
 - Το δέρμα του παιδιού σας είναι ψυχρό.
- Το παιδί σας δυσκολεύεται να τραφεί κανονικά.
- Το παιδί σας έχει ξηροστομία.
- Το παιδί σας έχει λίγα ή δεν έχει καθόλου δάκρυα όταν κλαίει.
- Τα ούρα του παιδιού σας έχουν σκούρο χρώμα.
- Το παιδί σας είναι λιγότερο δραστήριο από το κανονικό.
- Το παιδί σας κάνει εμετό με αίμα ή έχει αιματηρή διάρροια.
- Το παιδί σας έχει διάρροια που διαρκεί περισσότερο από μερικές ημέρες.
- Το παιδί σας κάνει εμετούς που διαρκούν περισσότερο από 1 ημέρα.
- Το παιδί σας φαίνεται να χειροτερεύει μετά από βελτίωση για μερικές ημέρες.
- Το παιδί σας εμφανίζει κοκκινωπές-μοβ κηλίδες στα δάχτυλα των χεριών ή των ποδιών του.

Επαναδιδασκαλία (Teach Back): σας βοηθά να καταλάβετε

Η μέθοδος «Δείξτε μου πώς» σας βοηθά να κατανοήσετε τις πληροφορίες που σας δίνονται. Αφού συζητήσετε με το προσωπικό, πείτε τους με δικά σας λόγια αυτά που μόλις μάθατε. Αυτό βοηθά να διασφαλιστεί ότι το προσωπικό έχει περιγράψει κάθε πτυχή με σαφήνεια. Βοηθά επίσης να εξηγηθούν πτυχές που μπορεί να δημιουργούν σύγχυση. Πριν επιστρέψετε στο σπίτι, βεβαιωθείτε ότι μπορείτε να κάνετε τα ακόλουθα:

- Μπορώ να σας μιλήσω σχετικά με την πάθηση του παιδιού μου.
- Μπορώ να σας πω τι μπορεί να βοηθήσει να διευκολυνθεί η αναπνοή του παιδιού μου.
- Μπορώ να σας πω τι μπορώ να κάνω για να βοηθήσω στην αποφυγή της μετάδοσης της λοίμωξης σε άλλους.
- Μπορώ να σας πω τι θα κάνω εάν το παιδί μου παρουσιάσει πρόβλημα με την αναπνοή, εάν αισθάνεται υπνηλία ή σύγχυση, ή έχει κοκκινωπές-μωβ κηλίδες στα δάχτυλα των χεριών ή των ποδιών του.

Χρήση πληροφοριών καταναλωτή και αποποίηση:

Οι πληροφορίες αυτές δεν αποτελούν εξειδικευμένη ιατρική συμβουλή και δεν αντικαθιστούν τις πληροφορίες που λαμβάνετε από τον δικό σας πάροχο υπηρεσιών υγείας. Πρόκειται για μια συνοπτική μόνο αναφορά των γενικών πληροφοριών. ΔΕΝ περιλαμβάνει όλες τις πληροφορίες σχετικά με τις καταστάσεις, τις παθήσεις, τους τραυματισμούς, τις εξετάσεις, τις διαδικασίες, τις αγωγές, τις θεραπείες, τις οδηγίες εξόδου ή τις επιλογές τρόπου ζωής που μπορεί να εφαρμόζονται στην περίπτωσή σας. Για μια ολοκληρωμένη πληροφόρηση σχετικά με τις επιλογές για την υγεία και τη θεραπεία σας, θα πρέπει να συζητήσετε με το δικό σας πάροχο υπηρεσιών υγείας. Τις πληροφορίες αυτές δεν θα πρέπει να τις χρησιμοποιήσετε για να αποφασίσετε εάν θα πρέπει να αποδεχθείτε τις συμβουλές, οδηγίες ή συστάσεις του παρόχου υπηρεσιών υγείας σας. Μόνο ο πάροχος υπηρεσιών υγείας σας έχει τις γνώσεις και την εκπαίδευση για να παρέχει συμβουλές που είναι σωστές για σας. <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.