

## Patient Education

### إرشادات الخروج لمرضى كوفيد-19 من الأطفال

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

### حول هذا الموضوع

يعرف مرض فيروس كورونا لعام 2019 كذلك بالاسم المختصر كوفيد-19. وهو مرض فيروسي يسبب الرئتين. وهو ينتج عن فيروس (SARS-CoV-2) يسمى فيروس كورونا المرتبط بالسارس.

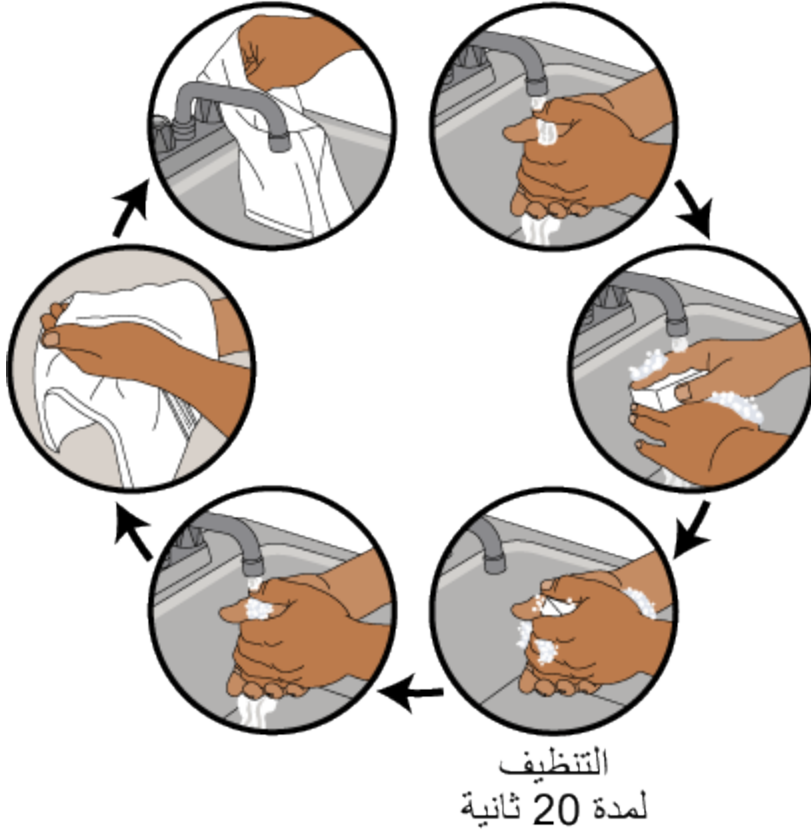
غالبًا ما تبدأ أعراض مرض كوفيد-19 بعد بضعة أيام من الإصابة. في بعض الناس، يستغرق الأمر وقتًا أطول قبل أن تظهر الأعراض وبعض الأشخاص الآخرين لا تظهر عليهم أعراض العدوى أبدًا. قد يعاني طفلك من سعال وحمى وقشعريرة، وقد يكون من الصعب عليه التنفس. قد يعاني الطفل من الإجهاد الشديد أو من آلام في العضلات أو صداع أو التهاب في الحلق. يعاني بعض الأطفال من اضطراب المعدة أو من الإسهال. يفقد البعض الآخر حاسة الشم أو التذوق. قد يواجه الأطفال صعوبة في الرضاعة. يعاني بعض الأطفال المصابين بمرض كوفيد-19 من ظهور بقع أرجوانية مائلة إلى الحمرة على أصابع اليدين أو القدمين. قد لا يكون لدى طفلك هذه الأعراض طوال الوقت، وقد تأتي هذه الأعراض وتختفي أثناء مرضه.

ينتشر الفيروس بسهولة عبر قطرات الرذاذ عندما يتحدث شخص مصاب بالعدوى أو يعطس أو يسعل. يمكن أن ينتقل الفيروس من أشخاص إلى آخرين عند التحدث معهم عن قرب أو الغناء أو معانقتهم أو مشاركة الطعام معهم أو مصافحتهم. يرى الأطباء أن الجراثيم المسببة لهذا المرض تعيش أيضًا على الأسطح مثل الطاولة ومقابض الأبواب والهواتف. ومع ذلك، هذه ليست إحدى الطرق الشائعة لانتشار كوفيد-19. يعتقد الأطباء أن الناس يمكنهم أيضًا نشر العدوى حتى لو لم يكن لديهم أي أعراض، لكنهم لا يعرفون كيف يحدث ذلك. هذا هو السبب في أن الحصول على اللقاح، عند القدرة على ذلك، يُعد أفضل وسيلة للحفاظ على صحتك وإبطاء انتشار الفيروس.

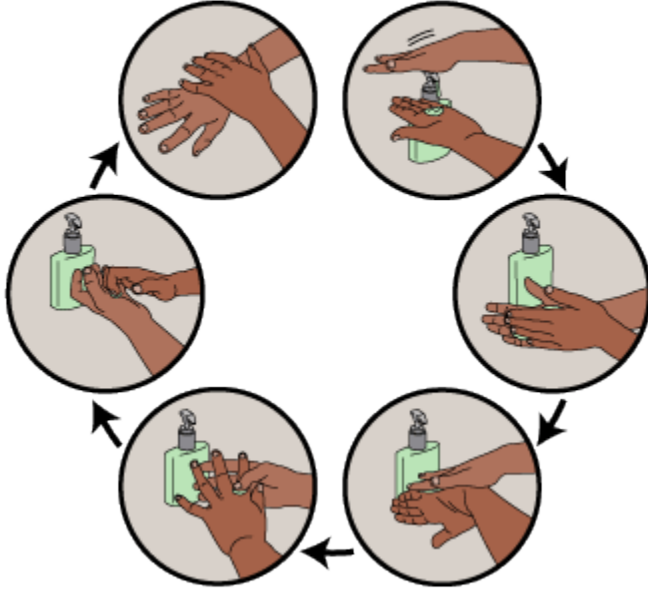
يعاني بعض الأطفال من أعراض خفيفة عند الإصابة بمرض كوفيد-19 ويمكن الاعتناء بهم في المنزل وبعيدًا عن الآخرين حتى يشعروا بتحسن. وقد يحتاج آخرون إلى دخول المستشفى إذا شعروا بالمرض الشديد. يعاني بعض الأطفال أيضًا من التهاب في أنحاء الجسم يجب عزل الأطفال المصابين بكوفيد-19 عن الآخرين. يمكن أن يبدأوا في مخالطة الآخرين عندما يقول الطبيب إنه من الآمن القيام بذلك.

### Image Filename

## غسل اليدين



## تطهير اليدين



ما هي العناية المطلوبة في المنزل؟

- اسأل طبيبك عما يجب فعله لدى عودتك إلى المنزل. احرص على الاستفسار من الطبيب إذا لم تفهم ما يقوله.
- اطلب من الطفل تناول الكثير من الماء أو العصائر أو الحساء لتعويض السوائل المفقودة من جراء ارتفاع درجة الحرارة.
- يمكنك استخدام مرطبات الرذاذ البارد في غرفة الطفل للمساعدة على تخفيف الاحتقان والسعال.
- قد يرغب الأطفال الأكبر سنًا في استخدام وسادتين أو ثلاث وسادات لدعم أنفسهم عند الاستلقاء. قد يعمل هذا على تسهيل التنفس والنوم.
- لا تدخن بجوار طفلك.
- لتقليل احتمالات نقل العدوى للآخرين، يجب على جميع المعرضين للفيروس الحصول على لقاح كوفيد-19.
- إذا لم يتم تطعيم طفلك بشكل كامل:
  - ينبغي على الأطفال الذين تزيد أعمارهم على عامين أن يرتدوا قناعًا فوق الأنف والفم إذا كانوا بالقرب من آخرين من غير المرضى. تعمل أقنعة القماش بشكل أفضل إذا كانت تحتوي على أكثر من طبقة واحدة من القماش.
  - ساعد طفلك على غسل يديه كثيرًا.
  - أبقِ طفلك في المنزل في غرفة منفصلة، إن أمكن، بعيدًا عن الآخرين. قلل من عدد مقدمي الرعاية. لا تجعل طفلك يخرج من المنزل إلا للحصول على الرعاية الطبية فقط.
  - اجعل طفلك يستخدم حمامًا منفصلًا، إن أمكن.

#### ما هي رعاية المتابعة المطلوبة؟

- قد يطلب منك الطبيب المعالج إحضار طفلك إلى العيادة للاطمئنان على التقدم الذي يحرزها الطفل. احرص على المداومة على هذه الزيارات.
- إذا أمكن، فأخبر الفريق الطبي بأن طفلك مصاب بكوفيد-19 مقدمًا قبل الذهاب إلى الزيارة حتى يتمكنوا من توخي مزيد من الحذر لمنع المرض من الانتشار. قد يضعونك في غرفة منفصلة؛ أو يطلبون منك الانتظار في سيارتك لحين الاتصال بك.
- قد يستغرق الأمر ما يصل إلى عدة أسابيع قبل أن تعود صحة طفلك إلى حالتها الطبيعية.

#### ما هي العقاقير التي قد تكون مطلوبة؟

قد يصف الطبيب بعض الأدوية من أجل:

- التخفيف من أعراض ارتفاع درجة الحرارة
- المساعدة على سهولة التنفس

#### هل سيكون النشاط البدني محدودًا؟

قد يحتاج طفلك إلى الحد من أنشطته البدنية. استشر الطبيب حول القدر الملائم من النشاط الذي يناسبه. إذا كان طفلك مريضًا بشدة بمرض كوفيد-19، فقد يستغرق الأمر بعض الوقت لاستعادة قوته.

#### هل تقتضي الحاجة أنواع أخرى من العناية؟

لا يعرف الأطباء المدة التي يمكن أن ينقل فيها الشخص الفيروس إلى الآخرين بعد إصابته بالمرض. وهذا هو السبب في أهمية إبقاء طفلك في غرفة منفصلة، إن أمكن، عندما يكون مريضًا. في الوقت الحالي، يقدم لك الأطباء إرشادات عامة لتتبعها بعد إصابة طفلك بالمرض. قبل أن يخالط طفلك أشخاصًا آخرين، يجب عليه:

- ألا يعاني من ارتفاع درجة الحرارة لمدة 24 ساعة دون تناول أي أدوية لخفض حرارته
- ألا تعاني من أعراض السعال أو ضيق النفس
- الانتظار 10 أيام على الأقل بعد ظهور الأعراض لأول مرة أو ظهور نتيجة أول اختبار إيجابي، ويجب أن يكون الطفل خاليًا من الأعراض على النحو الوارد أعلاه. يقترح بعض الخبراء الانتظار لمدة 20 يومًا إذا كنت تعاني من عدوى أكثر خطورة.

تحدث إلى الطبيب الخاص بطفلك بخصوص لقاحات كوفيد-19 للأطفال

#### ما المشكلات المحتملة حدوثها؟

- فقدان السوائل. وهو ما يُعرف بالجفاف
- تلف الرئتين قصير الأجل أو طويل الأجل
- مشاكل القلب
- الوفاة

#### متى أحتاج للاتصال بالطبيب؟

- يجد الطفل صعوبة كبيرة في التنفس بحيث لا يمكنه إلا أن يقول كلمة واحدة أو كلمتين في كل مرة
- يحتاج الطفل إلى الجلوس في وضع مستقيم في جميع الأوقات ليتمكن من التنفس و/أو لا يمكنه الاستلقاء
- يعاني طفلك من ألم أو ضغط في صدره
- تبدو شفاه طفلك أو وجهه أزرق اللون
- يبدو على طفلك الارتباك أو عدم الاستجابة
- يعاني طفلك من حمى ودرجة حرارة تزيد عن 100.4 درجة فهرنهايت (38.4 درجة مئوية) لأكثر من 24 ساعة ويظهر لديه طفح جلدي
- يعاني طفلك من صعوبة في التنفس عند التحدث أو الجلوس ساكنًا
- لا يستطيع طفلك الاحتفاظ بأي سوائل، ولم يشرب أي شيء لمدة ساعات طويلة، وتظهر عليه واحدة أو أكثر من الأعراض التالية:
  - طفلك ليس في حالة انتباه كالمعتاد، أو يشعر بالنعاس الشديد، أو أقل نشاطًا بكثير
  - طفلك يبكي طوال الوقت
  - لم تتبلل حفاضات طفلك خلال أكثر من 8 ساعات
  - لا يحتاج طفلك الأكبر إلى التبول لأكثر من 12 ساعة
  - بشرة طفلك باردة
- يعاني طفلك من صعوبة في الرضاعة بشكل طبيعي
- يعاني طفلك من جفاف في الفم
- حينما يبكي طفلك فإنه يذرف القليل من الدموع أو لا يذرفها تمامًا
- لون بول طفلك داكن

- أصبح طفلك أقل نشاطاً من المعتاد.
- يتقيأ طفلك دماً أو يُصاب بإسهال دموي.
- يعاني طفلك من إسهال يستمر لأكثر من بضعة أيام.
- يعاني طفلك من قيء يستمر لأكثر من يوم.
- بعد التحسن لبضعة أيام، تبدو أن حالة طفلك تتدهور.
- تظهر على أصابع يدي طفلك أو قدميه بقع أرجوانية تميل إلى الحمرة.

#### الإخبار بما تعلمته: المساعدة على الفهم

في فهم المعلومات التي نقدمها لك. بعد التحدث مع الفريق الطبي، أخبرهم بأسلوبك (Teach Back) تساعدك طريقة التعليم الراجع الخاص عما تعلمته. يساعد ذلك على التأكد من أن الفريق الطبي قد وصف كل شيء بوضوح. كما يساعد أيضاً في تفسير الأشياء التي كانت مبهمة بعض الشيء. قبل الذهاب إلى المنزل، تأكد من تمكنك من القيام بما يلي:

- يمكنني أن أصف لك حالة طفلي.
- يمكنني أن أخبرك عما قد يساعد في التخفيف من صعوبة التنفس لدى طفلي.
- يمكنني أن أخبرك بما يمكنني فعله للمساعدة في تجنب نقل العدوى للآخرين.
- يمكنني إخبارك بما سأفعله إذا كان طفلي يعاني من صعوبة في التنفس، أو يشعر بالنعاس أو الارتباك، أو تظهر على أصابع يديه أو قدميه بقع أرجوانية تميل إلى الحمرة.

#### استخدام معلومات المستهلك وإخلاء المسؤولية

هذه المعلومات المعممة هي ملخص محدود للتشخيص و /أو العلاج و /أو معلومات الدواء. ولا يُقصد منها أن تكون شاملةً ويجب استخدامها كأداة لمساعدة المستخدم على فهم و /أو تقييم خيارات التشخيص والعلاج المحتملة. وهي لا تتضمن جميع المعلومات حول الحالات أو العلاجات أو الأدوية أو الآثار الجانبية أو المخاطر التي قد تنطبق على مريض معين. ولا يُقصد بها أن تكون نصيحة طبية أو بديلاً عن المشورة الطبية أو التشخيص أو العلاج لمقدم الرعاية الصحية بناءً على فحص مقدم الرعاية الصحية وتقييم ظروف المريض الخاصة والفريدة من نوعها. يجب على المرضى التحدث مع مقدم الرعاية الصحية للحصول على معلومات كاملة حول صحتهم وأسئلتهم الطبية وخيارات العلاج، بما في ذلك أي مخاطر أو فوائد تتعلق باستخدام الأدوية. لا تؤيد هذه المعلومات أي والشركات التابعة لها من أي UpToDate, Inc. علاجات أو أدوية باعتبارها آمنة أو فعالة أو معتمدة لعلاج مريض معين. تتصل شركة ضمان أو مسؤولية تتعلق بهذه المعلومات أو استخدامها. يخضع استخدام هذه المعلومات لشروط الاستخدام المتاحة

على <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



Wolters Kluwer

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