

## Patient Education

---

### **COVID-19 — zalecenia przy wypisie, dziecko**

Należy starannie przeczytać poniższe „Informacje dla klienta i klauzulę wyłączenia odpowiedzialności”, aby zrozumieć i poprawnie stosować te informacje.

### **Informacje na ten temat**

Koronawirus 2019 znany jest także jako COVID-19. Jest to infekcja wirusowa obejmująca płuca. Jest wywoływany przez wirus, nazywany koronawirusem SARS (SARS-CoV-2).

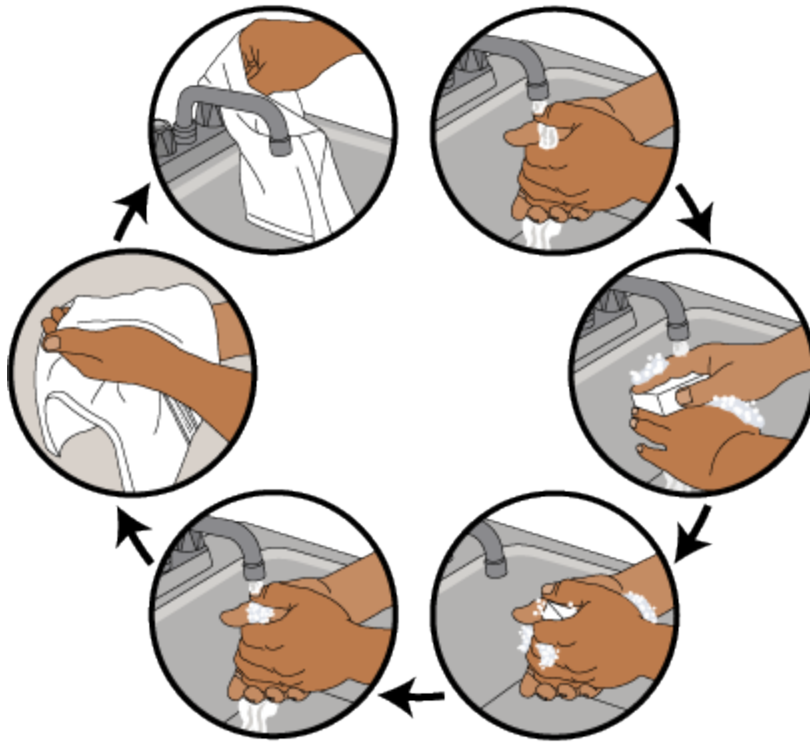
Objawy COVID-19 najczęściej występują kilka dni po zakażeniu. U niektórych osób objawy występują po dłuższym czasie. Inni w ogóle nie wykazują objawów zakażenia. U dziecka może wystąpić kaszel, gorączka, dreszcze i trudności z oddychaniem. Dziecko może odczuwać silne zmęczenie, ból mięśni, głowy lub gardła. U niektórych dzieci występuje rozstrój żołądka lub luźne stolce. Inne tracą zmysł węchu lub smaku. U niemowląt mogą występować problemy w karmieniu. U niektórych dzieci z COVID-19 na palcach rąk lub nóg pojawiają się czerwono-fioletowe plamy. Objawy te mogą nie występować u dziecka przez cały czas i mogą pojawiać się i znikać w trakcie choroby.

Wirus łatwo rozprzestrzenia się drogą kropelkową, podczas gdy zakażona osoba mówi, kicha lub kaszle. Ludzie mogą zarazić wirusem inne osoby znajdujące się blisko siebie podczas rozmowy, przy śpiewaniu, przytulaniu, dzieleniu się jedzeniem lub uścisku dłoni. Lekarze uważają, że drobnoustroje przeżywają też na powierzchniach, takich jak stoły, klamki i telefony. Jednak nie jest to powszechny sposób rozprzestrzeniania się COVID-19. Lekarze uważają, że pacjenci mogą również rozprzestrzeniać infekcję, nawet jeśli nie występują u nich żadne objawy, ale nie wiedzą, jak do tego dochodzi. Dlatego przyjęcie szczepionki, gdy tylko jest to możliwe, jest jednym z najlepszych sposobów na utrzymanie zdrowia i spowolnienie rozprzestrzeniania się wirusa.

Niektóre dzieci przechodzą COVID-19 łagodnie i do czasu powrotu do zdrowia mogą mieć zapewnioną opiekę w domu i z dala od innych. Inne mogą podczas choroby wymagać hospitalizacji. U niektórych dzieci może również występować zapalenie w całym organizmie. Dzieci z COVID-19 muszą być odizolowane od innych. Mogą one zacząć przebywać w otoczeniu innych, gdy lekarz uzna, że jest to bezpieczne.

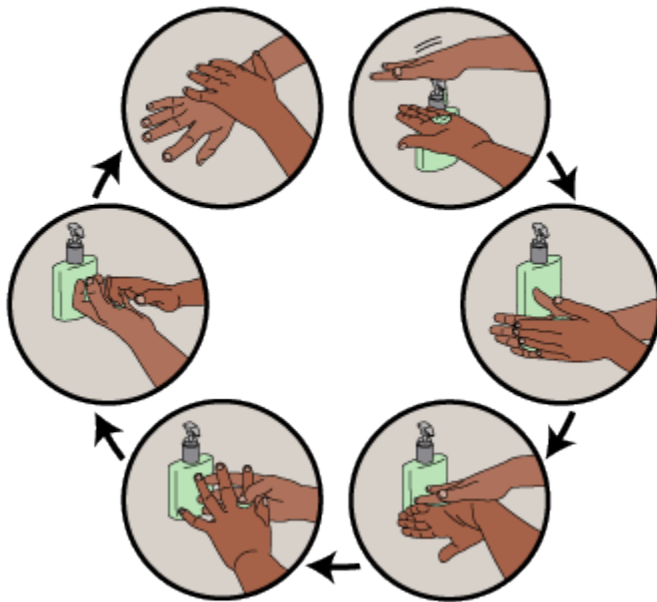
### **Image Filename**

## 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, w pokoju dziecka można użyć nawilzacza typu „mgiełka”.
- Starsze dzieci mogą potrzebować od 2 do 3 poduszek, aby podeprzeć się, gdy się kładą. Może to ułatwić oddychanie i sen.
- Nie palić w pobliżu dziecka.
- Aby zminimalizować ryzyko zarażenia innych osób, każda kwalifikująca się osoba powinna przyjąć szczepionkę przeciw COVID-19.
- Jeśli dziecko nie jest w pełni zaszczepione:
  - Dzieci powyżej 2 roku życia powinny **nosić maskę na ustach i nosie, gdy znajdują się w otoczeniu innych**, którzy nie chorują. Maski z materiału działają najlepiej, jeśli mają więcej niż jedną warstwę tkaniny.
  - Należy pomóc dziecku często myć ręce.
  - Dziecko powinno przebywać w domu w oddzielnym pomieszczeniu, z dala od innych, o ile to możliwe. Należy ograniczyć liczbę opiekunów. Dziecko powinno wychodzić na zewnątrz tylko w celu otrzymania pomocy medycznej.
  - Jeśli jest to możliwe, dziecko powinno korzystać z oddzielnej łazienki.

#### **Jaka opieka pooperacyjna jest potrzebna?**

- Lekarz może zalecić wizyty w gabinecie w celu sprawdzenia postępów dziecka. Należy przychodzić na te wizyty.
- Jeżeli istnieje taka możliwość, należy z wyprzedzeniem poinformować personel o tym, że dziecko jest chore na COVID-19, umożliwi to podjęcie przez personel dodatkowych działań zapobiegających rozprzestrzenianiu się choroby. Pacjent może zostać umieszczony w oddzielnym pomieszczeniu lub poproszony, aby poczekać w samochodzie, aż zostanie wezwany.
- Powrót do pełni zdrowia może zająć dziecku kilka tygodni.

#### **Jakie leki mogą być potrzebne?**

Lekarz może przepisać leki, aby:

- Obniżyć gorączkę
- Pomóc w oddychaniu

#### **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 przebytej chorobie osoba może zarażać wirusem innych. Dlatego ważne jest, aby w trakcie choroby dziecko przebywało w oddzielnym pomieszczeniu. Na razie lekarze podają ogólne wytyczne, których należy przestrzegać po przebyciu choroby przez dziecko. Zanim dziecko spotka się z innymi osobami, powinno:

- Nie mieć gorączki przez 24 godziny bez przyjmowania jakichkolwiek leków przeciwgorączkowych.
- Nie mieć objawów kaszlu ani duszności
- Odczekać co najmniej 10 dni po wystąpieniu pierwszych objawów lub po pierwszym dodatnim wyniku badania; dziecko nie może mieć wyżej wymienionych objawów. Niektórzy eksperci sugerują odczekanie 20 dni, jeśli przebieg zakażenia był cięższy.

Porozmawiać z lekarzem dziecka na temat szczepionek przeciw COVID-19 dla dzieci.

### **Jakie problemy mogą wystąpić?**

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

### **Kiedy należy zadzwonić do lekarza?**

- U dziecka występują tak duże trudności w oddychaniu, że może ono wypowiedzieć tylko jedno lub dwa słowa na raz.
- Dziecko musi cały czas siedzieć prosto, aby móc oddychać lub nie może leżeć.
- Dziecko odczuwa ból lub ucisk w klatce piersiowej.
- Usta lub twarz dziecka mają niebieski kolor.
- Dziecko jest zdezorientowane lub nie reaguje.
- Dziecko ma gorączkę powyżej 38,4°C (100,4°F) przez ponad 24 godziny i ma wysypkę.
- Dziecko ma trudności w oddychaniu podczas mówienia lub siedzenia nieruchomo.
- Dziecko nie jest w stanie utrzymać żadnych płynów w organizmie, nie piło nic od wielu godzin **oraz** występuje u niego co najmniej jeden z następujących objawów:
  - Dziecko nie jest tak pobudzone jak zwykle, jest bardzo śpiące lub znacznie mniej aktywne.

- Dziecko cały czas płacze.
  - Niemowlę nie zmoczyło pieluchy od ponad 8 godzin.
  - Starsze dziecko nie musiało oddawać moczu od ponad 12 godzin.
  - Skóra dziecka jest chłodna.
- Dziecko ma problemy podczas normalnego karmienia.
  - U dziecka występuje suchość w ustach.
  - Podczas płaczu u dziecka pojawia się niewiele łez lub nie pojawiają się w ogóle.
  - Mocz dziecka ma ciemny kolor.
  - Dziecko jest mniej aktywne niż zwykle.
  - Dziecko wymiotuje krwią lub ma krwawą biegunkę.
  - Dziecko ma biegunkę, która występuje dłużej niż przez kilka dni.
  - U dziecka występują wymioty, które trwają ponad 1 dzień.
  - Stan dziecka wydaje się pogarszać po kilku dniach poprawy.
  - Dziecko ma czerwono-fioletowe plamy na palcach u rąk i stóp.

### **Opowiedz własnymi słowami, co właśnie Ci powiedziano**

Metoda „Teach Back” (wyjaśnienie zwrotne) pomaga pacjentowi zrozumieć przedstawione mu informacje. Po rozmowie z pracownikiem personelu medycznego pacjent 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 pacjentka musi upewnić się, że:

- Potrafi opowiedzieć o schorzeniu występującym u dziecka.
- Wie, co ułatwi dziecku oddychanie.
- Wie, co powinien zrobić, aby uniknąć zarażenia innych osób.
- Potrafi wyjaśnić, co robi, jeśli dziecko ma trudności w oddychaniu, jest senne lub zdezorientowane lub ma czerwono-fioletowe plamy na palcach u rąk lub stóp.

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, instrukcji udzielanych 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. <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.