

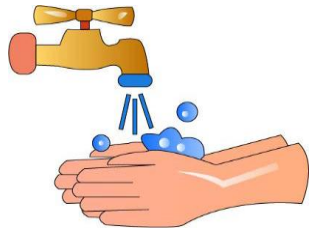
این پمفلت در مورد مراقبت از کودک مبتلا به کرونا اطلاعاتی را به شما می دهد. با افزایش اطلاعات می توانید مراقبت بهتری از فرزندتان داشته باشید.

توصیه های بهداشتی زیر را هنگام نگهداری از کودک مبتلا به عفونت کرونا در منزل رعایت کنید:

- افراد در تماس نزدیک (با فاصله کمتر از ۱ متر) با بیمار مبتلا به عفونت تنفسی مثال بیمار با علائم عطسه، سرفه و ... در معرض خطر ابتلا به عفونت هستند.
- بیمار تا زمان برطرف شدن کامل علائم بیماری ملاقات ممنوع است و باید در منزل بماند. حداقل دوران جداسازی تنفسی و تماسی بیماران در منزل پس از ترخیص از بیمارستان تا ۱۴ روز است.
- بیمار باید در یک اتاق به صورت مجزا به همراه یکی از مادر و پدر قرار بگیرد. اتاق بیمار باید دارای تهویه مناسب باشد (در و پنجره های اتاق قابل باز شدن باشد) و پنجره ها جهت گردش هوا به دفعات در طول روز باز شوند.
- در صورتیکه اختصاص یک اتاق مجزا به کودک بیمار امکان پذیر نباشد، بقیه اعضای خانواده باید حداقل یک متر از کودک فاصله داشته باشند. حتما کودک در رختخواب مخصوص خودش و جدا از مادر و پدر خوابانده شود.

- باید جابجایی و حرکت بیمار محدود شود و فضاهای مشترک (آشپزخانه، حمام، توالت و ...) حتی امکان دارای تهویه مناسب بوده و پنجره ها برای گردش هوا به دفعات در طول روز باز شوند.
- تعداد مراقبین بیمار به حداقل رسانده شود حتی امکان یک نفر که دارای وضعیت سلامت مطلوب بوده و دارای ضعف سیستم ایمنی و یا بیماری زمینه ای نباشد از کودک مراقبت کند.
- مراقب بیمار از تماس مستقیم با ترشحات تنفسی، دهانی و مدفوع وی خودداری کند و در صورت نیاز از دستکش یکبارمصرف پلاستیکی و یا لاتکس استفاده کند.
- مراقب بیمار و یا افراد خانواده باید بعد از هر بار تماس با بیمار و مکان نگهداری وی، شستشو و بهداشت دست را انجام دهند.
- کلیه اعضای خانواده از جمله خود بیمار بهداشت دست را رعایت کنند.
- بهداشت دست قبل و بعد از آماده کردن، خوردن غذا و یا هر زمانی که دستها آلوده می شوند باید انجام شود. در صورتیکه آلودگی بر روی دست مشهود نباشد، میتوان از مواد ضدعفونی کننده بر پایه الکل استفاده کرد ولی در صورت وجود آلودگی قابل مشاهده بر روی دستها باید از شستن با آب و صابون حداقل برای مدت ۲۰ ثانیه استفاده شود.

- زمانی که دستها با آب و صابون شسته میشوند، بهتر است برای خشک کردن آن ها از دستمال حوله ای یکبارمصرف و یا دستمال کاغذی استفاده شود، در صورت موجود نبودن این دستمالها، استفاده از حوله معمولی بلامانع است ولی لازم است بعد از خیس شدن حوله، با حوله خشک جایگزین شود.



- برای جلوگیری از انتشار ترشحات تنفسی، بیمار باید حتی امکان در تمامی اوقات بیداری از ماسک طبی استفاده کند.
- در صورتیکه پوشیدن ماسک برای کودک امکانپذیر نباشد لازم است، کلیه اعضای خانواده از جمله خود بیمار به صورت جدی بهداشت تنفسی را رعایت کنند. به عنوان مثال در زمان سرفه یا عطسه، بینی و دهان خود را با دستمال کاغذی بپوشانند و دستمال پس از استفاده در یک سطل زباله درب دار دور انداخته شود.
- مراقب کودک در زمان حضور در اتاق بیمار و یا مراقبت نزدیک از وی از ماسک طبی که دهان و بینی به صورت کامل پوشانده شده باشد استفاده کند و در طول استفاده از ماسک به آن دست نزند.



دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی تبریز



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی کودکان زهرا مردانی آذری
راهنمای والدین

مراقبت از کودک مبتلا به کووید-۱۹



آموزش سلامت

تهیه و تنظیم: ناهید دهخدا
آخرین بازنگری: ۱۴۰۱/۰۱



برای دانلود پمفلت
کد را اسکن نمایید.

با مشاهده علائم هشداردهنده زیر در کودک در اولین فرصت به یکی از مراکز بهداشتی درمانی یا بیمارستان مراجعه کنید:

- تنفس تند (تعداد تنفس بیش از ۶۰ مرتبه در دقیقه در سن زیر ۲ ماه، بیشتر از ۵۰ مرتبه در دقیقه در سن ۲ ماه تا یک سال، بیشتر از ۴۰ مرتبه در دقیقه برای سن ۱ تا ۴ سال، بیشتر از ۳۰ مرتبه در دقیقه برای سن بالای ۵ سال)
- تنفس سخت (وجود توکشیدگی زیر قفسه سینه و بین دنده ها، ناله، زنبش پره های بینی)
- کبودی زبان یا لبها یا دور چشمها
- ناتوانی در خوردن یا آشامیدن
- عدم برقراری ارتباط در هنگام بیداری، یا بیقراری بیش از اندازه
- خشکی مخاط دهان و نبود اشک یا کاهش حجم ادرار
- تب بیشتر از ۴۰ درجه یا تب پایدار برای سه تا پنج روز
- تشنج
- عود علائم مثل تب، تشدید سرفه ها و تنفس تند بعد از یک دوره بهبودی نسبی

« این پمفلت به عنوان راهنما می باشد علاوه بر این حتما توصیه های پزشک معالج کودک خود را نیز رعایت کنید.»
اگر شما توصیه ها یا اطلاعات بیشتری نیاز دارید لطفاً با شماره
تلفن ۰۴۱۳۱۵۹۵۲۰۵ تماس بگیرید.

منبع: دستورالعمل راهنمای تشخیص و درمان کووید -19 در کودکان و نوزادان.
نسخه هفتم دی ۱۴۰۰

- در صورتی که ماسک خیس شد و یا با ترشحات بیمار کثیف شد، باید بلافاصله با یک ماسک نو و خشک جایگزین شود. برداشتن ماسک از روی صورت باید به روش درست انجام شود؛ از لمس قسمت جلوی ماسک خودداری شود و با آزاد کردن و گرفتن بندهای ماسک از پشت گوش یا سر، ماسک از روی صورت برداشته شود.
- ماسک های طبی یکبارمصرف بوده و پس از برداشتن از روی صورت باید بلافاصله در سطل زباله درب دار دور انداخته شود.
- بعد از برداشتن ماسک و یا خارج کردن دستکش، دست ها حتما با آب و صابون شسته یا ضدعفونی شوند از استفاده مجدد ماسک طبی و یا دستکش های یک بارمصرف خودداری کنید.
- کلیه اعضای خانواده از جمله خود بیمار در طول زمان شیوع این بیماری به دقت نکات بهداشت فردی شامل جداسازی لوازم بهداشتی شخصی مانند لیوان، ظرف غذا، مسواک و حوله را رعایت کنند.
- استفاده از ظروف اختصاصی برای غذا خوردن بیمار که پس از استفاده از آنها قابل شست شو با آب و صابون باشند، بلامانع است.
- سطوحی که بیمار با آن ها در تماس است، مثل سطح میز، تخت، مبلمان و سایر مکانها باید به صورت روزانه تمیز و ضدعفونی شوند.