

HƯỚNG DẪN CHĂM SÓC TRẺ MẮC COVID-19 TẠI NHÀ

Phần lớn trẻ em mắc SARS-CoV-2 không triệu chứng hoặc nhẹ với triệu chứng viêm đường hô hấp trên hoặc rối loạn tiêu hóa, phục hồi trong 1-2 tuần; bệnh nhân thuộc nhóm nặng – nguy kịch chỉ chiếm 4%, thường trở nặng vào ngày thứ 5-8. Tuy nhiên, bệnh có thể có biến chứng và các triệu chứng của hội chứng viêm đa hệ thống hoặc COVID-19 kéo dài ở trẻ em – cần theo dõi sát. Khi gia đình có trẻ em mắc Covid-19 chăm sóc tại nhà thì cần chuẩn bị như sau:

1. Trang bị cần có:

Khẩu trang, nước sát khuẩn, máy đo SpO₂, nhiệt kế, điện thoại có thể videocall để nhân viên y tế khám từ xa

2. Thuốc có thể mua sẵn

- Thuốc hạ sốt có hoạt chất là Paracetamol
- Siro ho thảo dược hoặc kẹo ngậm ho (trẻ lớn)
- Oresol dạng gói bột pha
- Vitamin (vitamin C, vitamin D), kẽm, men vi sinh
- Nước muối sinh lý và dụng cụ hút mũi

3. Các vấn đề thường gặp

*** Khi trẻ sốt, sốt cao (sốt là khi thân nhiệt đo được trên 37,5°C):**

- Nói lỏng quần áo, mặc đồ mỏng nhẹ, để thấm mồ hôi
- Hạ sốt với Paracetamol
- Lau (chườm) nách, bẹn với nước ấm
- Uống nước nhiều hơn (sữa, nước hoa quả, nước canh)
- Báo bác sĩ nếu trẻ sốt cao trên 39°C khó hạ dù đã uống hạ sốt, sốt kéo dài > 5 ngày hoặc trẻ có các dấu hiệu bất thường – nguy hiểm kèm theo

*** Trẻ ho, đau họng (ho là phản xạ giúp bảo vệ đường thở của cơ thể)**

- Ho khan, ít: uống siro thảo dược hoặc ngậm kẹo (trẻ lớn)
- Ho tăng dần: báo lại bác sĩ đang theo dõi trẻ từ xa
- Không tự ý dùng các thuốc giảm ho, long đờm
- Cần theo dõi các dấu hiệu thở nhanh, khó thở

*** Trẻ ho, chảy mũi**

- Xịt mũi, nhỏ mũi bằng nước muối sinh lý
- Hút mũi sau khi nhỏ hoặc xịt mũi, tránh bơm rửa mũi ở trẻ nhỏ
- Báo bác sĩ để được kê đơn các thuốc hỗ trợ giảm triệu chứng

*** Trẻ nôn, tiêu chảy (cần phải báo với bác sĩ đang theo dõi trẻ)**

- Bổ sung Oresol (pha đúng hướng dẫn)
- Không tự ý dùng các thuốc chống nôn, thuốc cầm tiêu chảy, kháng sinh... khi chưa có chỉ định của nhân viên y tế
- Có thể dùng thêm thuốc men vi sinh sẵn có tại nhà

- Tiếp tục cho trẻ bú mẹ, ăn bình thường – chia bữa nhỏ
- Luôn theo dõi sát dấu hiệu mất nước (uống kém, tiểu ít, môi miệng khô, mắt trũng, không uống đủ Oresol)

*** Trẻ phát ban (nổi mẩn)**

- Phát ban có thể là triệu chứng thông thường khi nhiễm vi rút hoặc là dấu hiệu cảnh báo nặng; Vì vậy cần báo ngay nhân viên y tế đang theo dõi trẻ để được đánh giá, phân biệt và tư vấn xử trí.

*** Cách đếm nhịp thở**

- Để trẻ nằm trên giường hoặc bế ngang trên tay (chú ý đếm khi trẻ nằm ngủ hoặc nằm ngoan không quấy khóc, không sốt cao), kéo nhẹ áo để hở bụng trẻ, đặt đồng hồ (hoặc điện thoại bấm giờ) bên cạnh, mắt vừa nhìn đồng hồ vừa nhìn di động bụng của trẻ, bụng di động lên – xuống là tính 01 nhịp thở, đếm như vậy trong 1 phút, có thể đếm 2-3 lần)

- Xác định nhịp thở nhanh là cách phát hiện viêm phổi hoặc suy hô hấp ở trẻ em. Trẻ được đánh giá là thở nhanh (thở gấp) khi:

- + Trẻ <2 tháng: nhịp thở > 60 nhịp/phút
- + Trẻ 2-12 tháng: nhịp thở > 50 nhịp/phút
- + Trẻ 1-5 tuổi: nhịp thở > 40 nhịp/phút
- + Trẻ > 5 tuổi: nhịp thở > 30 nhịp/phút

*** Cách dùng máy đo Oxy kẹp tay (nếu có): máy dùng để đo ôxy trong máu và nhịp tim:**

- Có thể dùng máy đo thông thường của người lớn
- Xoa ấm tay, chân, dỗ trẻ ngoan khi đo
- Có thể dùng băng dính y tế để cố định
- Kẹp ngón tay hoặc ngón chân cái
- Đọc kết quả sau 1-3 phút

4. Dấu hiệu bất thường

*** Cần báo ngay nhân viên y tế khi trẻ có các dấu hiệu sau:**

- Trẻ sốt cao trên 39⁰C khó hạ dù đã uống hạ sốt, sốt kéo dài > 5 ngày
- Ăn, bú kém
- Nôn, tiêu chảy
- Thở nhanh (so với tuổi)
- Li bì/quấy khóc
- Đau rát họng
- Phát ban
- Đau ngực

5. Triệu chứng nguy hiểm

*** Cần đến ngay cơ sở y tế khi trẻ xuất hiện một trong các dấu hiệu sau:**

- Thở nhanh + rút lõm lồng ngực hoặc phập phồng cánh mũi (trẻ dưới 2 tháng)
- Ngừng thở, thở rên hoặc tím môi
- Máy đo SpO2 dưới 94%, nhịp tim nhanh/chậm
- Li bì, khó đánh thức hoặc co giật, hôn mê

- Bỏ bú hoặc nôn nhiều, không uống được
- Tiểu ít hoặc không tiểu
- Tím môi, tím đầu ngón tay chân
- Chân tay lạnh, nổi vân tím.

*** Số điện thoại liên lạc:**

- Mạng lưới thầy thuốc đồng hành: 024 1022 nhánh 3 kênh 2
- Số điện thoại của các TYT, TYT lưu động và tổ chăm sóc người nhiễm COVID-19 tại cộng đồng trên địa bàn quận Long Biên:

TT	TÊN ĐƠN VỊ	MÁY BÀN	DI ĐỘNG
1.	Phường Bồ Đề	TYT phường	02438720727
		TYT lưu động	0945684206
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0862986818
2.	Phường Cự Khối	TYT phường	02438751117
		TYT lưu động	0967164163
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0838701779
3.	Phường Đức Giang	TYT phường	02438773106
		TYT lưu động	0764877621
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0764779521
4.	Phường Gia Thụy	TYT phường	02436520680
		TYT lưu động	02466898818
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	097592266
5.	Phường Giang Biên	TYT phường	02438773105
		TYT lưu động	02432161592
6.	Phường Long Biên	TYT phường	02738751118
		TYT lưu động	0869202627
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0369004584
7.	Phường Ngọc Lâm	TYT lưu động	02436500368
		TYT phường	02438733953
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0989205906
8.	Phường Ngọc Thụy	TYT lưu động	0867809559
		TYT phường	02438710156
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0936938950
9.	Phường Phúc Đồng	TYT phường	02438751840
		TYT lưu động	0333960413
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0333892214
10.	Phường Phúc Lợi	TYT phường	0982527277
		TYT lưu động	02436790391
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0328537104
11.	Phường Sài Đồng	TYT phường	0987973993
		TYT lưu động	02438751737
		Tổ CS người nhiễm COVID-19	0326662801
			0965029192

12.	Phường Thạch Bàn	TYT phường	02436756975	
		TYT lưu động		0964614334
				0964612442
				0964814664
		Tổ CS người nhiễm COVID-19		0938856686
13.	Phường Thượng Thanh	TYT phường	02438773104	
		TYT lưu động		0974842740
		Tổ CS người nhiễm COVID-19		0983018027
14.	Phường Việt Hưng	TYT phường	02438772431	
		TYT lưu động		02462605165
				0326377669
		Tổ CS người nhiễm COVID-19		0333081672

Nguồn: benhviennhitrunguong.gov.vn

DUYỆT LÃNH ĐẠO



PHÓ GIÁM ĐỐC

Phạm Tuấn Trí

PHÒNG KHN

Người viết

Vương Thị Xuân