

如何与孩子抗疫



医生执笔

陈美瑜

国大医院儿童发展中心

副顾问医生

林琬绯 / 译

当前冠病疫情肆虐，家中孩子的每一声咳嗽，每一次打喷嚏声音，都会牵动父母的神经，可是与此同时，家长在这个时候又不太愿意带孩子看医生，以免在诊所无幸染上冠病。我们整理了这份常见问答，希望能有助于缓解家长心中的疑虑，帮助家长作出明智决定。

Q：儿童是不是更容易感染冠病？那些原本患有其他疾病的小朋友万一染上冠病，致命率会不会更高？

虽然冠病至今的确诊病例以成年人居多，全球仍有0.8%至2%确诊病患是儿童。幼童尤其婴儿一旦染病，演变为严重感染的风险较高。以成年人来说，原本患有其他病症者，例如心肺肝肾有问题，或免疫系统较弱的癌症患者，染上冠病后病情加剧的风险比其他人来得高。相同的情况会不会也发生在儿童患者身上，虽然至今仍不明朗，不过如果孩子的健康原本就有其他状况，家长还是不得不加倍小心。

Q：儿童染上冠病，会出现哪些症状？

儿童染上冠病后的症状跟成年人大同小异，只是一般上都较轻微。除了呼吸道症状如流鼻水和咳嗽之外，也有半数病例出现发烧症状。这些症状与普通感冒很相似，而儿童患上普通感冒是很普遍的，每个孩子每年平均会患普通流感六到八次。其他在儿童患者身上较不常见的冠病症状包括肌肉疼痛、喉咙痛、头痛、呕吐及腹泻。

Q：我该如何分辨普通感冒与冠



(iStock图片)

病症状？

冠病所引起的呼吸道相关症状与普通感冒非常相似。如果孩子曾与冠病确诊病患接触过，或者曾在出现症状两周前到过其他国家，那患上冠病的可能性就会大为增加。如果孩子身上出现的症状并非典型的冠病症状，例如皮肤起红疹，那导因就多半是与冠病完全无关的其他病症了。如果无法清楚确认孩子的症状，不妨看医生求诊。医生会进一步评估孩子的健康状况，并了解相关的旅游史和接触对象，再决定是否做冠病检测。

Q：孩子出现疑似症状，我该怎么做？

孩子出现疑似冠病症状，家长自然会担心，但是在这个时候尤其需要保持冷静。频密检测孩子的体温，谨慎留意症状是否恶化。好多小朋友即使伤风咳嗽也可以如常玩乐，吃好睡好，情绪没受到太大影响。不过即便如此，父母还是应该让孩子留在家中休息，并确保孩子多喝水或其他液体，体内水分充足有助于加强身体免疫力，避免到公共场所以免传播病毒或病菌。如果症状五天后还是不见减缓，请务必看医生。

Q：有哪些状况算是警讯，提醒我得带孩子看医生求诊？

如果孩子呼吸急促不顺畅，甚至上气不接下气，看起来疲倦

或不寻常地嗜睡，喝液体有困难，或者出现脱水迹象（例如排尿次数减少），便应马上带孩子去看医生，由医生对孩子的状况做专业检查和评估。医生也可能安排验血或X光检测做进一步检查。这些警讯是常见的，却并不限于这些情况。孩子的状况家长最清楚。一旦出现任何值得关注的异常现象，尽早看医生，也让自己安心。

Q：我应该在家自己给孩子服药或使用居家护理方法舒缓症状吗？有哪些潜在危险？

像扑热息痛（paracetamol）退烧药等一般非处方的普通成药或有助于舒缓症状，但是必须谨慎服用。不过，除非有医生处方，否则我们并不建议长期慢性服用咳嗽药水或抗组胺药（antihistamines），尤其是两岁以下的幼童。药物也应该避免综合服用，以免导致嗜睡等副作用。谨慎遵照剂量指示。将成药置放于儿童接触不到之处，避免儿童意外过量服用。家居用品如加湿器有助于保持室内空气湿度，避免呼吸道过于干燥。蜂蜜证实能有效舒缓咳嗽，可是并不适用于一岁以下的婴幼儿，因为可能引发婴儿肉毒杆菌症（infant botulism）。如果孩子并未因为身上的症状而受到太大干扰或影响，也不一定需要服用任何成药或做居家护理。

(二之一)