



# COVID-19 HOME CARE GUIDE PARA SA MGA BATA

7 JANUARY 2022 VERSION

# Protektahan ang ating pamilya!

Bilang mga **magulang**, ating mabibigyan proteksyon ang **ating pamilya at anak** laban sa COVID-19 kung tayo ay iiwas sa infection. Magagawa natin ito sa pamamagitan ng pagsunod sa ating minimum public health standards (Mask-Hugas-Iwas-Airflow).

## PAANO AKO MAKAKAIWAS SA COVID-19?

- ✓ Magsuot ng mask (para sa bata at matanda edad 2 pataas)
- ✓ I-sanitize ang mga kamay
- ✓ Dumistansya nang isang metro at limitahan ang pisikal na interaksyon
- ✓ Siguraduhin ang magandang bentilasyon at air flow
- ✓ Magpabakuna para sa dagdag na proteksyon



# Sintomas ng COVID-19 ng mga Bata

- Lagnat
- Ubo
- Sipon/Pagbara ng ilong
- Walang gana kumain
- Hirap huminga\*
- Nagsusuka
- Diarrhea
- Sakit ng tiyan
- Sakit ng lalamunan
- Sakit ng kasu-kasuan
- Walang pang-amoy
- Walang panlasa
- Sakit ng ulo
- Rashes
- Kombulsyon\*\*

\* Nakikita sa Moderate COVID-19 ng Bata

\*\*Nakikita sa Severe COVID-19 ng Bata

**Mild COVID-19:** May isa sa mga nakalista sa mga sintomas at walang ebidensya ng pneumonia



# Ipatingin sa doktor o sa ospital kapag Moderate o Severe COVID-19

## Moderate COVID-19 sa mga Bata:

May presentasyon ng pulmonya at may ubo o hirap huminga habang bumibilis ang paghinga at/o may na-obsorbahan na pag-alon ng tiyan

Bilang ng paghinga sa isang minuto:

less than 2 months: higit sa 60

2-11 months: higit sa 50

1-5 years: higit sa 35

## Moderate COVID-19 sa mga Teens o Adolescents:

May presentasyon ng pulmonya (lagnat, ubo, hirap huminga, mabilis huminga) ngunit ang kanilang oxygen levels ay lagpas 94% nang walang suporta ng oxygen tank



# Ipatingin sa doktor o sa ospital kapag Moderate o Severe COVID-19

## SEVERE COVID-19 sa mga Bata:

May presentasyon ng **MODERATE COVID-19** at nag prepresenta ng isa sa mga tatlo:

1. Pangingitim o pagiging blue o asul ng labi, kuko, o balat ng bata o kaya mas mababa sa 94% ang oxygen level na walang gamit na Oxygen tank
2. Maingay na paghinga o malalim at mabilis na pag-alon ng tiyan
3. Hindi na nakaka breastfeed o inom, nanghihina, nawalan ng malay o nagkokonbulsyon



# Ipatingin sa doktor o sa ospital kapag Moderate o Severe COVID-19

## SEVERE COVID-19 sa mga Teens o Adolescents:

May presentasyon ng **MODERATE COVID-19** at nag prepresenta ng isa sa mga tatlo:

1. Lagpas sa 20 paghinga sa loob ng isang minuto
2. Maingay na paghinga o malalim at mabilis na pag-alon ng tiyan
3. Mas mababa sa 94% ang oxygen level na walang gamit na Oxygen tank



# Sino at kailan dapat i-test?

## Sino?

- May isa sa mga sintomas ng COVID-19 kahit bakunado o nagka-impeksyon nang naka-lipas
- Close contact sa isang pinaghihinalaan o positibo sa COVID-19
- Sanggol ng nanay na pinaghihinalaan o positibo sa COVID-19

## Kailan?

- Kapag may isa sa mga sintomas ng COVID-19
- Kapag may close contact ang bata, magpapa-test pagkatapos ng 5-7 araw



# Home Care para sa mga Bata

## ANO ANG MGA DAPAT GAWIN?

### Kagamitan:

- Thermometer
- Pulse Oximeter

### Mag-monitor:

- Temperatura kada 4 na oras
- Oxygen level kada 6 oras gamit ang pulse oximeter. Kung wala, pagmasdan ang pattern ng paghinga kung bumibilis o nahihirapan
- Kulay at dami ng ihi

- Bigyan ng maraming **pahinga, masustansyang pagkain, at tubig**
- Gumamit ng antipyretic tulad ng Paracetamol kung may lagnat
- Ipagpatuloy ang pagpapasuso.

Ang mga asymptomatic, at may mild na sintomas, ang maaaring mag-isolate sa bahay.



# Ano ang mga sintomas na dapat bantayan?



Tumawag sa inyong **doktor** at dalhin sa **emergency room** kung napansin ang mga sintomas na ito:

- Mukhang dehydrated o tuyot - pagkahilo, inaantok, tuyo ang bibig at lalamunan, lubog ang mata, kakaunti na luha pag umiiyak, bihira ang pag-ihi, hindi makainom or makapagsalita
- Nahihirapan at bumibilis na paghinga, maputla o kulay-asul ang gilid ng labi
- Oxygen level na bumababa sa 95% gamit ang pulse oximeter



# Kailan ititigil ang home isolation?

Kapag walang sintomas o mild ang sintomas ng anak mo, **maaaring itigil** ang home isolation sa **pansampung(10) araw** mula sa araw na nagkasintomas ang iyong anak. **AT DAPAT**, ang **huling 3 araw** ng kanyang isolation ay **wala** na siyang sintomas.



# COVID-19 at pagpapasuso

Para sa mga ina na nanganak at naexpose sa COVID-19 o may COVID-19:

- **Simulan at ipagpatuloy ang pagpapasuso.** Ang mga benepsiyo ng pagpapasuso ay higit sa panganib na dulot ng paghahawa.
- Ipagpatuloy ang **rooming-in** at **skin-to-skin contact**
- Maghugas ng kamay bago magpasuso
- Magsuot ng mask habang nagpapasuso





# COVID-19 HOME CARE GUIDE PARA SA MGA BATA

7 JANUARY 2022 VERSION