



## 兒童感染新冠肺炎居家照護指引

根據美國、歐洲、中東、中國等國家大型調查研究發現，有高達 98% 的兒童感染新冠肺炎 Omicron 變異株在初期都是輕症，2% 的兒童為中症，幾乎沒有出現重症的案例[1-4]。在美國，兒童感染新冠肺炎 Omicron 變異株的住院比率每 10 萬人中有 7.1 人，但小於 5 歲嬰幼兒的住院比率較高，為每 10 萬人中約有 15.6 人[5]。

多數感染的兒童是輕症，而家裡又是孩子最熟悉且感到安全的環境，因此，孩子若能待在家裡得到適當的照護，對孩子來說是最合適的。但是，從數據上可以看到，小於 5 歲的嬰幼兒感染新冠肺炎的住院比率相較其他年齡層來得高，且這個年齡層的孩子仍需依賴大人的照顧，也沒有合適的疫苗可以使用，故如何做好居家照護是父母或主要照顧者的一大課題。

### 孩子感染新冠肺炎會有哪些症狀？

12 歲以下兒童，通常在感染到新冠肺炎後的前 3-6 天會出現類似感冒的上呼吸道症狀，主要是發燒、其次為咳嗽、鼻塞/流鼻涕與喉嚨症狀[3]。其餘疲倦、頭痛、嗅覺喪失、腹痛、噁心嘔吐、腹瀉、皮膚出現紅色斑疹及呼吸喘。

感染新冠肺炎的症狀多變，若孩子的精神及活力變差、不吃東西不喝奶、臉色或嘴唇發紫、症狀變嚴重了，切勿輕忽，應立即就醫。

### 我的孩子被確診了，該住院還是回家照顧？

	條件類別	收治場所
無症狀/輕症兒童	1. 出生未滿三個月，且有發燒 2. 出生 3-12 個月，且高燒超過 39 度 3. 正進行血液透析	醫院
	所有其他兒童	居家照護，如不符合居家照護條件 <sup>註 1</sup> ，則由照顧者陪同收至加強版集中檢疫所/防疫旅館

(資料來源：中央流行疫情指揮中心，  
COVID-19 確診個案分流收治與居家照護之醫療協助措施，2022 年 4 月 21 日修訂)





## 陪伴染疫孩子，爸媽可以怎麼做？ [6,7]

孩子需要一位健康的照顧者來長時間照顧他／她並確保他／她安全。

照顧者需確實戴口罩、勤洗手，做好居家環境的清潔與消毒（無論照顧者於照顧孩子的過程中是否染疫，原則都是一樣的）。

### 一、持續監測孩子的症狀是否有變化

1. 若孩子出現以下症狀得安排外出就醫（五大警訊表徵） [7]：

- (1) 發燒超過 48 小時，或高燒超過 39 度合併發冷（畏寒）／冒冷汗
- (2) 退燒後活動力還是很不好
- (3) 退燒後呼吸還是很快、很喘，或胸悶、胸痛
- (4) 持續的嘔吐、頭痛或腹痛
- (5) 超過 12 小時沒有進食或沒有解尿（如換尿布次數減少）

2. 若孩子出現以下症狀，請撥 119 或緊急由同住親友送醫（六大送醫條件） [7]：

- (1) 抽搐
- (2) 孩子反應慢、哭聲弱、昏昏欲睡難叫醒
- (3) 呼吸困難，如看到孩子脖子或腹部肌肉用力，鼻孔擴張
- (4) 嘴唇發白或發紫
- (5) 血氧飽和度低於 94%（如家中有血氧機）
- (6) 肢體冰冷合併皮膚出現大理石斑紋、冒冷汗。

☆注意[8]

不同年齡層的孩子其染疫後表現出來的症狀會有些許不同

- 兒童表現出來的大部分會是突然的意識不清，或是不想吃、吃不下；也可以密切觀察他們臉部跟嘴唇的顏色，是否呈現紫白。
- 若是小嬰兒可能會出現無法餵母乳的狀態，這些都是非常重要的症狀，需要緊急尋求專業協助。

### 二、居家照護常見症狀處理

1. 發燒

- (1) 持續監測並每四個小時記錄體溫變化，若發燒期間出現手腳冰冷，可先多加衣服或被蓋減少體熱散失，保持室內良好通風
- (2) 若全身溫熱且大量流汗，可更換乾淨衣物、維持身體乾爽、減少不適；並適時補充水分避免脫水

2. 持續咳嗽、呼吸有「咻咻」喘鳴聲

- (1) 計算每分鐘呼吸次數（每天約 2-3 次）了解是否有呼吸急促情形。不同年齡層的孩子呼吸急促的定義不一，可參考下表：





年齡	呼吸急促
11 月以下嬰兒	> 50 次/分
1-4 歲	> 40 次/分
5 歲以上	> 30 次/分

(資料來源：高雄市流行疫情指揮中心專家會議)

- (2) 協助採舒適臥姿，頭部微抬高
- (3) 確認是否因為流鼻水、鼻塞導致呼吸不順，可先適當清除口鼻呼吸道的分泌物
- (4) 持續觀察四肢血液循環，觀察是否出現四肢冰冷、嘴唇發紺情形

### 3. 腹瀉、嘔吐[9]

- (1) 照顧者需注意手部清潔，尤其是換尿布和餵食前後
- (2) 維持孩子身體清潔，若嘔吐後可適當協助孩子清除口腔殘留物質
- (3) 持續觀察孩子是否有脫水情形。
  - a. 輕微脫水：口渴、嘴唇微乾、尿量些微減少（嬰兒：6 小時內有一塊濕尿布；幼兒與兒童：6 小時內才解尿 1 次、尿液呈深黃色）
  - b. 中度以上脫水：口唇乾燥、皮膚冰冷、眼窩凹陷、嬰兒囟門凹陷、尿量減少（嬰兒：超過 6 小時尿布都沒有濕；幼兒與兒童：超過 6 小時都沒有解尿）、精神活力變差或躁動不安
- (4) 飲食與水分補充：
 

如果孩子沒有脫水：

  - a. 維持正常飲食：嬰幼兒的母乳或配方奶不需稀釋；大一點的兒童可正常飲食，但需避免難消化的食物（如高糖、油炸、高脂肪、辛辣食物）
  - b. 補充水分時應避免給予運動飲料，因運動飲料糖分較高且電解質濃度不適合兒童。若要給予果汁，建議可從稀釋一半濃度的蘋果汁開始給予，然後讓孩子喝他們喜歡的東西

如果孩子有脫水情形：

  - a. 使用葡萄糖口服電解質液補充水分，不建議用其他飲料取代
  - b. 補充葡萄糖口服電解質液的量為每公斤 50 ml、分散在 4 個小時給予，例如：10 公斤的兒童需補充 500 ml 的葡萄糖口服電解質液，可依孩子的狀況用 5 ml 的湯匙每 2 分鐘餵食一次
  - c. 如果孩子拒喝葡萄糖口服電解質液或有中度以上的脫水情形，建議就醫治療。





### 三、維持手部衛生

1. 保持經常洗手的習慣，在照護前後都需要用肥皂洗手至少 20 秒（或是酒精乾洗手液），特別是在接觸孩子前後（包含餵食、更換尿布等）
2. 洗完手後使用擦手紙保持手部乾燥
3. 避免用手碰觸眼睛、口鼻；也提醒孩子不要用手碰觸這些地方

### 四、避免病毒傳播

1. 在家裡安排一個獨立通風的空間
2. 照顧者請配戴醫用口罩，且每天更換
3. 3 歲以上的孩子在父母指導下可配戴口罩。若孩子戴不住口罩且有咳嗽/打噴嚏時，鼓勵用衛生紙或善用手肘適度遮掩
4. 居家用餐不需使用隔板，且避免跟孩子共用餐具或衛生用品（如碗筷、茶杯、毛巾等）。照顧者的用餐時間可與孩子錯開，若孩子需要協助餵食，則可戴著口罩降低感染的風險
5. 哺乳媽媽可用杯餵或瓶餵持續給予母乳餵食，增加孩子的抵抗力。哺乳前後請用肥皂或酒精洗手，而奶瓶、杯子和集乳器每次使用完畢需清潔及消毒，且不與他人共用。若需親餵，建議除戴口罩外，嬰兒接觸到的部位都需清潔和消毒
6. 避免讓孩子接觸動物，因有少數案例是病毒透過寵物來傳播

### 五、保持環境清潔

1. 孩子常坐的椅子、桌子、門把等家具，以及玩具等物品建議定時（每天數次）清潔和消毒（消毒亦可使用 75% 的酒精或是稀釋後的漂白水）
  - 稀釋漂白水的方式：以 1：50（當天泡製，以 1 份漂白水加 49 份的冷水）的稀釋漂白水（1000 ppm）
  - 次氯酸水可用於環境清潔，但因其穩定性差、保存期限不長、久放會失去效果且照光容易分解，一般家庭使用量不大保存不容易，故居家環境消毒建議以 75% 酒精或稀釋後的漂白水為主
2. 孩子使用過的餐具請戴手套以洗潔劑清洗後，再使用肥皂或酒精洗手
3. 若照顧孩子的空間有獨立浴廁，則周遭環境建議每天簡單清潔與消毒
4. 若孩子與其他同住者共用浴廁，每次孩子用完浴廁需戴手套協助進行簡單清潔消毒
5. 孩子的衣物、床單等需分開清潔，清洗時建議戴著口罩和手套，清洗後請徹底晾乾／曬乾，或用烘衣機烘乾
6. 垃圾建議棄置於有蓋的垃圾桶集中處理，裝至七分滿後將袋口紮緊密封且避免擠壓，於解除隔離後和過去一樣的方式丟垃圾車；如果居家照護期間需要幫忙清運垃圾，建議靜置 72 小時後請地方環保單位處理







## 六、 隨時回應孩子的需求[8]

1. 盡可能維持兒童友善的居家照顧空間，讓孩子在精神比較好時能持續有遊戲和學習的機會是很重要的
2. 若孩子年紀較大且可清楚表達，可向孩子說明什麼是新冠肺炎，以及需要暫時和其他家人保持距離的重要性
3. 聆聽孩子的問題與擔心。孩子可能充滿不安、害怕，也可能從網路上或朋友口中獲得錯誤的訊息，可試著理解孩子的感受，讓他／她知道有這些感受都是正常的；也多與孩子溝通，了解他／她接收到的資訊，並分享正確的訊息
4. 可透過視訊、社群網絡等方式讓孩子跟其他家人或朋友保持聯繫
5. 父母可以跟孩子說，他／她的健康和對您來說是世界上最重要的事情，讓孩子感受到他／她是被愛著和關心著的

註 1、兒童確診者可採居家照護之條件：

1. 年齡 < 3 個月：無症狀或輕症，且無發燒。
2. 年齡 3 至 12 個月，無症狀或輕症，且無高燒 > 39 度。
3. 年齡 1 歲以上，無症狀或輕症，且無血液透析。
4. 不符上述條件之無症狀或輕症確診兒童，如果父母或法定代理人要求希望採居家照護，經醫療人員評估後，得採取居家照護。
5. 收治於醫院或加強版集中檢疫所/防疫旅館已達已達 3 至 5 天，經醫療人員評估除了隔離外無繼續照護需求，且能符合居家環境條件者，得返家採取居家照護，並由醫院或加強版集中檢疫所/防疫旅館通知衛生局納入居家照護管理。

(資料來源：衛生福利部疾病管制署，COVID-19 確診個案居家照護管理指引及應注意事項，2022 年 4 月 21 日修訂)

## 參考文獻

1. Dong Y, Mo X, Hu Y, Qi X, Jiang F, Jiang Z, Tong S: Epidemiology of COVID-19 among children in China. *Pediatrics* 2020, 145(6):e20200702. doi:10.1542/peds.2020-0702
2. Tagarro A, Epalza C, Santos M, Sanz-Santaefemia FJ, Otheo E, Moraleda C, Calvo C: Screening and severity of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in children in Madrid, Spain. *JAMA Pediatrics* 2020, 175(3):316-317. doi:10.1001/jamapediatrics.2020.1346.
3. Ennab F, ElSaban M, Khalaf E, Tabatabaei H, Khamis AH, Devi BR, Hanif K, Elhassan H, Saravanan K, Cremonesini D *et al*: Clinical characteristics of children with COVID-19 in the United Arab Emirates: Cross-sectional multicenter study. *JMIR Pediatr Parent* 2021, 4(4):e29049-e29049. doi:10.2196/29049





4. Butt AA, Dargham SR, Loka S, et al. COVID-19 Disease Severity in children infected with the Omicron variant. *Clin Infect Dis*. 2022, ciac275. doi:10.1093/cid/ciac275
5. Deville JG., Song E, Ouellette CP: COVID-19: Clinical manifestations and diagnosis in children. In: *UpToDate*, Post TW (Ed), UpToDate, Waltham, MA. Apr 08, 2022. <https://www.uptodate.com/contents/covid-19-clinical-manifestations-and-diagnosis-in-children/print>
6. Public Health Agency of Canada: *How to care for a child with COVID-19 at home: Advice for caregivers*. 2021. <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/publications/diseases-conditions/coronavirus/how-to-care-for-child-with-covid-19-at-home-advice-for-caregivers/how-to-care-for-child-with-covid-19-at-home-advice-for-caregivers.pdf>
7. 衛生福利部疾病管制署：居家照護：COVID-19 民眾注意事項· 2022 · <https://www.cdc.gov.tw/Category/MPage/2Jb46Kh9TTN6-ul8gjDB8g>
8. WHO (April 24, 2022). Coronavirus disease (COVID-19): Home care for families and caregivers [<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-covid-19-home-care-for-families-and-caregivers>]
9. Fleisher GR, O'Ryan MG: Patient education: Acute diarrhea in children (Beyond the Basics). In: *UpToDate*, Post TW (Ed), UpToDate, Waltham, MA. Apr 07, 2022. <https://www.uptodate.com/contents/acute-diarrhea-in-children-beyond-the-basics#H12>

