



Sakit na Coronavirus (COVID-19) PAANO ALAGAAN ANG ISANG BATANG MAY COVID-19 SA BAHAY: PAYO PARA SA MGA TAGAPAG-ALAGA

Puwedeng manatili sa bahay ang mga batang may mga hindi malalang sintomas ng COVID-19 nang may kasamang isang tagapag-alaga habang nagpapagaling sila nang hindi nangangailangan ng pagpapaospital.

Kung nag-aalaga ka ng batang pinaghihinalaan o malamang na may COVID-19, mahalagang sundin ang mga hakbang sa ibaba para protektahan ang sarili mo at ang ibang tao sa bahay, pati na rin ang mga tao sa iyong komunidad.

Mga sintomas ng COVID-19

- Lagnat
- Ubo
- Hirap sa paghinga

Subaybayan kung makakaranas ng mga sintomas ang iyong anak

- Subaybayan ang mga sintomas ng iyong anak ayon sa itinagubilin ng iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan o ng Awtoridad ng Pamublikong Kalusugan.
- Maging alerto sa mga lumalalang sintomas, gaya ng mabilis na paghinga, hirap sa paghinga, pagkalito, kawalan ng kakayahang makilala ka, panlalamig dahil sa lagnat o lagnat na hindi bumababa sa tulong ng gamot para sa lagnat (hal. ibuprofen, acetaminophen) sa loob ng mahigit 12 oras.
- **KUNG MAGKAKARON ANG IYONG ANAK NG MGA MALALANG SINTOMAS, TUMAWAG SA 911 O SA IYONG LOKAL NA NUMERONG PANG-EMERGENCY**





- Kung tatawag ng ambulansya, sabihin sa dispatcher na may COVID-19 ang bata. Kung pupunta sa ospital gamit ang isang pribadong sasakyan, tumawag nang maaga ang ospital at sabihin sa kanilang may COVID-19 ang bata.

Panatiliing malinis ang mga kamay

- Hugasan ang iyong mga kamay at ang mga kamay ng iyong anak **nang madalas** gamit ang sabon at tubig nang hindi bababa sa 20 segundo, lalo na pagkatapos ng anumang uri ng pakikisalamuha sa bata (hal. pagpapalit ng lampin) at pagkatapos alisin ang mga guwantes.
- Kung walang sabon at tubig at kung mukhang hindi madumi ang iyong mga kamay, gumamit ng alcohol-based sanitizer (ABHS) na may hindi bababa sa 60% alcohol. Kung mukhang madumi ang iyong mga kamay, alisin muna ang dumi gamit ang wet wipe, pagkatapos ay gumamit ng ABHS.
- Tuyuin ang mga kamay gamit ang mga disposable na paper towel.
- Kung walang paper towel, gumamit ng reusable na tuwalya at palitan ito kapag nabasa. Huwag ipagamit sa iba.
- Iwasang hawakan ang iyong mga mata, ilong, at bibig gamit ang mga hindi pa nahugasang kamay at hikayatin ang iyong anak na huwag ding hawakan ang kanyang mukha.

Iwasang ikalat ang impeksyon sa ibang tao

- Ang iyong anak ay dapat manatili sa bahay ninyo o sa isang binabantayang lugar sa labas, hindi dapat makipaglaro sa kanyang mga kaibigan, o pumunta sa paaralan o mga pampublikong lugar, at dapat lumayo nang 2 metro sa ibang tao kung maaari.
- Huwag ipagamit ang mga personal na kagamitan sa bata, gaya ng mga sipilyo, tuwalya, kubrekama, kubyertos, o electronic device.
- Huwag maghati sa pagkain at mga inumin.
- Kung maaari, gumamit ng banyo na hiwalay sa ginagamit ng iyong anak. Kung hindi, isara ang takip ng inodoro bago mag-flush.
- Para sa mga nanay na nagpapasuso: dahil sa mga benepisyo sa kalusugan ng iyong anak ng pagpapasuso, inirerekomendang ipagpatuloy mo ang pagpapasuso. Magsuot ng face mask para maiwasan ang pagkakalantad sa sakit.
- Kung nagpapadede ng formula o expressed milk, maingat na gawing sterile ang kagamitan sa bawat paggamit at huwag ipagamit sa iba ang mga bote o pump ng suso.

Panatiliing malinis ang iyong kapaligiran

- Iilagay ang mga gamit na face mask, guwantes at iba pang kontaminadong kagamitan sa isang lalagyan na may lining, isalansan nang mabuti ang mga laman nito at itapon ang mga ito kasama ng iba pang basura sa bahay.
- Iilagay ang mga posibleng kontaminadong labada sa isang lalagyang may plastic na liner at huwag itong alugin. Hugasan gamit ang karaniwang sabong panlaba at mainit na tubig (60-90°C), at patuyuin nang mabuti. Puwedeng labhan ang mga damit at kubrekama ng bata kasama ng iba



pang labada. Dapat magsuot ng mga guwantes at ng face mask kapag direktang nahahawakan ang kontaminadong labada.

- Nang hindi bababa sa isang beses sa isang araw, gumamit ng aprubadong pang-disinfect ng hard surface para i-disinfect ang mga surface na madalas hawakan ng mga tao sa bahay (hal., mga inodoro, lalagyan ng labada, lamesa sa tabi ng kama, hawakan ng pinto, telepono, at remote ng telebisyon). Linisin ang mga touch screen gamit ang mga 70% alcohol wipe.

Protektahan ang iyong sarili

- Isang malusog na tao lang ang dapat mag-alaga sa bata, pero dapat sundin ng lahat ng tao sa bahay ang patnubay na ito.
- Hindi dapat mag-alaga ng batang may COVID-19 ang mga taong may mas mataas na panganib ng pagkakaroon ng malalang sakit dulot ng COVID-19. Kabilang sa mga taong ito ang mga nakatatanda, mga taong may mga chronic na medikal na kundisyon (hal., sakit sa puso, diabetes) o nakompromisong immune system.
- Kung kailangan mong manatili sa loob ng 2 metro mula sa bata, magsuot ng face mask, mga disposable na guwantes at pamprotekta sa mata.
- Huwag gamitin ulit ang mga face mask o guwantes.
- Kung maaari, dapat ding magsuot ang bata ng face mask kapag inaalagaan mo siya at hikayatin siyang huwag hawakan ang kanyang mukha o mask.

Subaybayan ang iyong sarili kung makakaranas ng mga sintomas

- Subaybayan ang iyong sarili kung makakaranas ka ng mga sintomas at sundin mo ang anumang payong ibinigay ng iyong lokal na awtoridad ng pampublikong kalusugan tungkol sa self-isolating.
- Kung magkakaroon ka ng kahit mga hindi malalang sintomas, ihwalay ang iyong sarili sa lalong madaling panahon at makipag-ugnayan sa iyong lokal na Awtoridad ng Pampublikong Kalusugan para sa karagdagang tagubilin.

Panatilihin ang mga supply na ito

- Mga face mask (huwag gamitin ulit)
- Pamprotekta sa mata (face shield o goggles) na gagamitin ng tagapag-alaga
- Mga disposable na guwantes (huwag gamitin ulit) na gagamitin ng tagapag-alaga
- Mga disposable na paper towel
- Mga tissue
- Basurahang may plastic na liner
- Thermometer
- Over the counter na gamot para mapababa ang lagnat (hal. ibuprofen o acetaminophen)
- Tubig-grip
- Hand soap
- Alcohol-based hand sanitizer na may hindi bababa sa 60% alcohol



- Dish soap
- Karaniwang sabong panlaba
- Mga karaniwang produktong panlinis ng bahay
- One-step na panlinis/pang-disinfect
- Pang-disinfect ng hard surface, o kung wala nito, concentrated (5%) na likidong bleach at hiwalay na lalagyan para sa pagpapalabnaw

- Mga alcohol prep wipe

Magagawa nating lahat ang ating bahagi para pigilan ang pagkalat ng COVID-19. Para sa higit pang impormasyon, bisitahin ang Canada.ca/coronavirus o makipag-ugnayan sa 1-833-784-4397

ID 04-15-01 / DATE 2020.05.08