



Mi történne most, ha beteg lenne a gyerekem?

Minden szeptemberben tapasztaljuk, ahogy a gyerekek bekerülnek a közösségbe, pár nap múlva megemelkedik a betegségek gyakorisága, melyek eddig többnyire egyszerű felső légúti vírusos megbetegedések voltak. Aztán az idősebb gyerekek légúti flórája összehangolódik, és békésebb időszak következik. A kisebbek még kevés kórokozóval találkoztak, ezért általában többször betegek; aztán ahogy az immunrendszerük megtanulja a leggyakoribb kórokozók kivédésének a titkát, előbb-utóbb náluk is lecseng a „kicsit jár-majd otthon van” időszak...

Ebben az évben az új koronavírus jelenléte, az emelkedő esetszám új kihívások elé állít mindannyiunkat. A gyerekek új koronavírus fertőzése az esetek döntő többségében tünetszegényen, néha tünetmentesen zajlik (1), ennek ellenére a tünetek jelentkezése előtti 2 napban, és a tünetek megjelenését követő pár napban a kórokozót át tudják adni (2).

Jelenleg nem áll rendelkezésünkre olyan specifikus tünet, vagy fizikális vizsgálattal (amit a házi gyermekorvos el tud végezni) megállapítható eltérés, ami egyértelműen segít eldönteni, hogy ki beteg a koronavírustól, és ki a régi, jól megszokott vírusoktól (3). A fiataloknál, felnőtteknél oly jellemző, sokszor első tünetként jelentkező ízszaglásvesztés vagy változás gyerekeknél kevésbé észlelhető. Ráadásul jó lenne a koronavírusnak nem adni esélyt a terjedésre: azokat, akik hordozzák, otthonukban gyógyítani, anélkül, hogy akár útközben, akár a rendelőben találkoznának olyanokkal, akiknek továbbadhatná a kórokozót.

Mit lehet tenni ilyen helyzetben?



1. Előzzük meg a kórokozó továbbterjedését másokra:

ha valakinek olyan tünete jelentkezik, melyet akár az új koronavírus is okozhat, gyanús esetnek számít, és járjunk el úgy, mintha az lenne, amíg az ellenkezője be nem bizonyosodik. Ezek a tünetek: láz, köhögés, nehézlégzés, hirtelen kezdődő szaglászvesztés, vagy ízérzékelés hiánya vagy zavara, hasmenés, izomfájdalom, orrfolyás, orrdugulás, fáradtság (4)

- akinél a fenti tünetek jelentkeznek, ne menjen közösségbe. Ha nem otthon jelentkeznek a tünetek, vegye fel a maszkját, és a legkevesebb emberrel való szoros kontaktust biztosító útvonalon menjen haza. Ha kicsi a gyermekünk, a lehető legrövidebb időn belül menjünk érte és így vigyük haza: ha másokkal is találkozunk útközben, figyeljünk oda a 2 m-es távolság tartására és a maszkviselésre: 6 éves kor felett kötelező tünetes gyermek esetén, ha egészségi állapota engedi (5), 3 éves kor felett ajánlott.
- hívjuk fel azokat a szoros kontaktokat, —akivel a tünetek megjelenése előtti 2 napban zárt térben 2 méteren belül 15 percen túl találkozott gyermekünk—, hogy előfordulhat, hogy gyermekünknek új koronavírus-fertőzés gyanúja áll fenn: fokozottan figyeljenek a higiénés szabályok betartására, és ha a fenti tünetek jelentkeznének, maradjanak otthon. Segít ebben, ha csak olyan emberekkel találkozik 2m-en belül 15 percen túl, akiknek ismerjük a nevét és elérhetőségét. Amíg az új koronavírus-fertőzés nem igazolódik gyermekünkénél, a kontaktoknak nem kötelező karanténban maradniuk.



2. Házi gyermekorvosunkat értesítsük, és beszéljük át vele a következőket:

- **Hogy van a gyermekünk?**
 - általános állapot: aktív-e vagy inkább csak fekszik, eszik-iszik-e, panaszkodik-e fájdalomról
 - láz: ha volt: mikortól, és milyen magas (lehetőleg hónaljban mérjük, 4-5 percig bent tartva a hőmérőt) (6)
 - légúti tünet: köhög-e, ha igen, szárazon vagy hurutosan (az előbbi gyanúsabb koronavírusra), náthás-e, van-e nehézlégzése: van-e ereje felkelni, játszani, kimenni a mosdóba, megszakítás nélkül beszélni behúzódik-e mellkasa, mennyi a nyugalmi légzésszáma 1 percig számolva. Haladóknak: milyen a torka? (érdemes lehet lefényképezni, vakuval vagy máshogy megvilágítva, úgy, hogy a fókusz a hátsó garatfalon legyen, és a mandulák is láthatóak legyenek, ha vannak.)
 - íz-szaglásváltozás van-e: teszteljük le nagyobb gyerekeknél
 - hasi panaszok: hányt-e, van-e hasmenése. Mennyit ivott ma és tegnap? volt-e minimum 6 óránként kb. normális mennyiségű vizelete?
 - bőrtünetek: ha bármilyen bőrelváltozást tapasztalunk, fényképezzük le, ha módunkban áll, ill. van-e kötőhártya-gyulladás

- **Mekkora az esélye, hogy a tüneteket az új koronavírus okozza?**
 - tünetek alapján: a láz, köhögés, nehézlégzés és hirtelen kezdődő szaglászvesztés, ízérzékelés hiánya vagy zavara a klasszikus tünetek, — de gyerekeknél utóbbi kevésbé jellemző, ill. nehezebben megítélhető
 - találkozhatott-e új koronavírusos beteggel: az elmúlt 14 napban találkozott-e igazolt beteggel, vagy járt-e olyan bentlakásos intézményben, ottalvós vagy egyéb szoros kontaktust jelentő rendezvényen, ahol igazolt COVID-19 járvány zajlott/zajlik.



- milyen az adott földrajzi területen a járványügyi helyzet, ahol gyermekünk az elmúlt 14 napban tartózkodott- minél gyakoribb az adott helyen az új koronavírus előfordulása, annál valószínűbb, hogy gyermekünk tüneteit is az okozza.

3. Legyen-e házi gyermekorvosi vizsgálat?

- ha a gyermekünk jól van, és az adott információk alapján nagy valószínűséggel megállapítható, mi az iránydiagnózis, nem kell feltétlenül orvosi vizsgálat. Az egészségügyi ellátóhely, a személyzet több helyen is aktív közvetítője volt a fertőzésnek, a velünk való kontaktussal mindkét fél érdekében érdemes lehet spórolni ezekben az időkben. A receptköteles gyógyszerek az EESZT-n (felhőn) keresztül továbbra is kiválthatóak, emiatt sem kell lemenni az orvosi rendelőbe. Akárhogyan is döntünk, orvosunkkal maradjunk a továbbiakban is kapcsolatban, és kövessük együtt gyermekünk gyógyulását.
- ha nagyon nincs jól, akkor érdemes lehet inkább egyből a mentő/ kórházi ellátás mellett dönteni, a leggyorsabban így kaphat a kis beteg segítséget. Koronavírus-fertőzés gyanúja esetén azonban nem biztos, hogy a megszokott, vagy a legközelebbi kórház a felvételes, ne induljunk el megbeszélés nélkül.

4. Legyen-e teszt?

- akinek gyanús tünetei vannak, és az elmúlt 2 hétben szoros kontaktja volt koronavírusos betegnek, annak kell teszt. (7)
- jelenleg a közösségi terjedés időszakában vagyunk, ezért akinél a tünetek alapján felmerül a gyanú, akkor is érdemes tesztelni, ha nem tudunk egyértelműen kontaktot azonosítani, főként azokon a helyeken, ahol sok a koronavírusos beteg (a kontaktuskutatás túlterheltsége miatt nem érdemes arra alapozni, hogy „biztos szólnának”)



5. Pozitív teszt esetén mi várható?

- kapunk egy határozatot általában e-mail-en keresztül a kormányhivataltól, amely elrendeli a gyermek és a szoros kontaktok, azaz a közvetlen családtagok járványügyi megfigyelését.
- ugyancsak email-en fog érkezni a piros színű hatósági felirat, amelyet ki kell nyomtatni és a bejárat ajtóra ragasztani.
- a házi karantén alatt nem hagyhatjuk el a lakást és vendéget sem fogadhatunk.
- bármilyen furcsa, de ha a gyermekünk fertőzött, mi viszont nem, akkor fokozottan figyelniük kell magunkra is, hiszen a koronavírus-fertőzés felnőttek esetében súlyos komplikációkkal járhat. Ezért tegyük meg mindent annak érdekében, hogy ne fertőződjünk: használjunk maszkot, gyakran mossunk kezet, a felületeket gyakran fertőtlenítsük át, figyeljünk arra, hogy ne legyen közös edényhasználat, törülközőhasználat. Próbáljunk kialakítani egy olyan otthoni rutint (amennyiben ez egy gyermekkel lehetséges), amelynek során minimálisra csökkentjük a fertőződés kockázatát: külön étkezés, a szennyes ruha külön kezelése, a fürdőszoba használat beosztása.
- a gyermekek tünetei rendszerint enyhék új koronavírus fertőzés esetén, azonban, ha olyan tünet jelentkezik, amely nyugtalanító vagy úgy ítéljük meg, hogy orvosi vizsgálatot igényel, konzultáljunk telefonon gyermekorvosunkkal.

6. Mikor mehet közösségbe?

- ha igazolódott az új koronavírus-fertőzés a teszt során: a gyermekünknek minimum 10 napig otthon kell maradnia és teljesülni kell annak a feltételnek is, hogy 3 napja tünetmentes és láztalan legyen. (pl ha csak 2 napig vannak tünetei, akkor is 10 napig tartjuk otthon, vagy ha 12. napon szűnnek meg a légúti tünetei, akkor a 15. napon engedhető közösségbe).



- Igazolt koronavírusfertőzés esetén vagy ha gyermekünknel szoros kontaktus miatt járványügyi megfigyelést rendelnek el, **emailen vagy telefonon értesítjük a gyermek iskoláját, óvodáját!** Ha feloldják a járványügyi megfigyelést, akkor is értesítjük az intézményt, így az iskola/óvoda igazoltnak tekinti a távollétet és nem szükséges igazolásért külön elmenni orvosunkhoz.

7. Kinek kell karantén?

- szoros kontaktnak számít:
 - aki a valószínűsített vagy a megerősített COVID-19 fertőzöttel egy háztartásban él;
 - vele zárt légtérben tartózkodott 2 méter távolságon belül és 15 percnél hosszabb ideig: pl. munkahelyen egymás közelében, óvodában egy csoportban, iskolában egy osztályteremben, kórházi beteglátogatás során
 - közvetlen fizikai kapcsolatba került új koronavírusal fertőzött személlyel (pl. kézfogás útján);
 - védőeszköz alkalmazása nélkül új koronavírusal fertőzött beteg váladékával érintkezett (pl. ráköhögtek vagy szabad kézzel ért használt papír zsebkendőhöz) (7)
- **Amennyiben a gyermek szoros kontakt volt, 14 napig otthoni karanténban kell maradnia. Amíg a gyermek tünetmentes, a család többi tagjára nem vonatkozik a karantén.** Ha tünetei jelentkeznek, ezt a gyermekorvosnak jelezni kell, aki tesztet fog kérni. Pozitivitás esetén a család többi tagja is karanténba kerül. Ha a teszt negatív, de a koronavírus fertőzés erős gyanúja áll fenn, a gyermekorvos ismételt tesztet kérhet. (Indokolt esetben a 14 nap karantén két negatív PCR teszttel feloldható, ezt azonban tünetmenteseknél rutinszerűen nem kéri a gyermekorvos.)



- érdemes lehet tesztelni, ha a család többi tagjára nézve nagy baj lenne abból, ha koronavírusos a gyerek, és nem tudunk róla (pl. pedagógus vagy egészségügyi szülő, aki ha bemegy dolgozni, szuperterjesztő lehet...)
- akinél alapos a gyanú, hogy új koronavírus-betegségben szenved, és az első tesztje negatív, annak a másodikat is meg kell csináltatni

Hogy működik a tesztelés?

- A házi gyermekorvosunk e-mailen (vagy telefonon) tudja a mentőszolgálattól megkérni a vizsgálatot
- A mentőszolgálat sürgősségi sorrendbe rakja a kért vizsgálatokat, a szülő telefonszámán megadott időn belül (ezt a megkérést visszaigazoló e-mailben megadják) jelentkeznek. Ha éppen nem tudtuk felvenni a telefont, ne aggódjunk, újra fognak hívni. A diszpécserrel megbeszéljük, mikor várható a tesztelő csapat, és hogy előtte mennyi ideig szabad enni-inni, milyen módszerrel fogják levenni a mintát. A tesztelő csapat - főleg nagyvárosokban - nagyon túlterhelt lehet, kérhetnek bennünket arra, hogy menjünk be a mentőállomásra levenni a mintát- ha van autónk, érdemes megtenni.
- a tesztelést védőöltözetben levő mentős végzi, csak garatból vagy orrból és garatból, rövid ideig tart, de kellemetlen- erre érdemes felkészíteni a gyermekünket.
- az eredményt az EESZT-n keresztül házi gyermekorvosunk fogja megkapni, a labor terheltségétől függően, de minimum 24 óra múlva. Érdemes vele megbeszélni, hogyan jut el hozzánk.
- a vizsgálat ingyenes



- Ezek alapján ha olyan értesítést kapunk iskolától, tábortól, sportegyesülettől, vagy bármilyen rendezvényszervezőtől, ahol a gyermekünk résztvevő volt, hogy ott igazolt koronavírus fertőzött is tartózkodott (akivel több mint 15 percig vagy 2 méternél közelebről találkozhatott a gyermekünk), azaz ha szoros kontakt volt, a gyermeket 14 napig tartsuk otthon akkor is, ha a hatóság ezt még nem rendelte el, és értesítsük a gyermekorvost. A járványügyi intézkedés késhehet pár napot, de a karantént meg kell kezdeni, ahogy a kontaktusról értesítést kapunk.

Kívánjuk, hogy erre a tájékoztatóra ne legyen szükségük! 😊

2020. szeptember 6.

Készítették: Dr. Kutas Katalin, Dr. Onozó Beáta, Dr. Karászi Éva, Dr. Erlaky Hajna

Források:

1. <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/children-and-school-settings-covid-19-transmission>
2. Viner, RM: Susceptibility to and transmission of COVID-19 amongst children and adolescents compared with adults: a systematic review and meta-analysis. BMJ Preprint, posted 21 Aug 2020. <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.05.20.20108126v2>
3. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/pediatric-hcp.html>
4. https://koronavirus.gov.hu/sites/default/files/sites/default/files/imce/altalanos_tajekoztato.pdf
5. <https://www.nnk.gov.hu/attachments/article/567/Elj%C3%A1r%C3%A1srend%2006.12.pdf>
6. <https://www.uptodate.com/contents/fever-in-children-beyond-the-basics>
7. https://www.nnk.gov.hu/attachments/article/567/2_sz_mell%C3%A9klet_Esetdefin%C3%ADci%C3%B3_es_vizsg%C3%A1land%C3%B3k_k%C3%B6re_2020.06.11.pdf