

## Gyermekorvosi tájékoztató szülők, gyermekes családok számára

A Biztos Kezek Alapellátó Gyermekorvosok Szülői Fóruma anyagai alapján  
Az Országos Házi Gyermekorvosi Kollegiális Szakmai Vezetői Hálózat ajánlásával

### Koronavírus-fertőzés gyermekkorban

Sokan érzik ma úgy, hogy felelőtlenség közösségbe engedni a gyereket, mások pedig épp ellenkezően, hogy túl sok a korlátozó szabály az óvodákban, iskolákban, miközben koronavírussal fertőzött, komolyan beteg gyerekekről szinte alig hallunk.

Azért van ez így, mert gyermekkorban a koronavírus-fertőzés ritkán okoz tünetet, sőt, lehet tünetmentes is a fertőzés. Súlyos gond viszont, hogy gyermekek ebben az esetben is tovább adhatják a vírust a felnőtteknek, idős, vagy krónikus betegséggel élő nagyszüleiknek, tanáraiknak, óvónőiknek, akik számára ez akár végzetes is lehet. Közös felelősségünk ezért, hogy a gyermekeinket még enyhe tünetekkel se engedjük a közösségbe!

A betegség tünetei gyermekeknél lényegében hasonlóak, mint felnőttkorban, de szerteágzóbbak és jellegtelenebbek. Az orvosok számára kötelező járványügyi eljárásrend szerint koronavírus-fertőzésre gyanúsnak kell tartanunk mindenkit - beleértve a gyermekeket is -, akinél az alábbi tüneteknek akár csak egyike is fennáll:

- láz
- köhögés
- nehézlégzés
- szaglászvesztés, ízérzés zavara vagy hiánya

Ezek azonban gyermekeknél csak a bizonyított esetek felében jelentkeznek, az esetek kb. harmadában hányinger, hányás, hasmenés, vagy csak kifejezett gyengeség, levertség, fejfájás, hidegrázás, izomfájdalom a figyelmeztető tünet.

A betegség teszt nélkül valójában megkülönböztethetetlen más, az őszi-téli náthás-hurutos időszakban gyermekek között gyakori, banális vírusos betegségtől, egyszerű megfázástól, influenzától, gyomorrontástól, és könnyen belátható, hogy így most szinte minden beteg gyermek COVID-19 gyanús esetnek tekinthető.

### Mielőtt gyermekünket közösségbe engedjük

- Tájékozódjunk, hogy az intézményekben milyen higiénés és járványügyi szabályok vannak érvényben, és készítsük fel ezekre a gyerekeket!
- Iskolás gyermekeinkkel beszélgessünk el a kézfertőtlenítés, a helyes maszkhasználat, a szociális távolságtartás fontosságáról, támogassuk őket abban, hogy vegyenek részt az iskolai higiénia fenntartásában, gyakoroljuk a helyes kézmosást.

- Biztosítsunk gyermekünk számára saját ivóvizet kulacsot, hívjuk fel a figyelmét, hogy ezt kizárólag ő használja, és most ne ossza meg társával a tiszórait, uzsonnát.
- Hívjuk fel a gyermekek figyelmét, hogyha nem érzik jól magukat, ezt azonnal jelezzék a pedagógusnak.
- Tájékoztassuk az intézményt valamennyi (otthoni és munkahelyi) elérhetőségünkről, és támogassuk a pedagógusokat a szabályok betartatásában.
- A gyermekeket egy egészséges szülő kísérje, maszkban, és lehetőség szerint az intézmény zárt terébe ne lépünk be. Ha mégis be kell mennünk, fertőtlenítsük a kezünket, tartsuk a szociális (2 m) távolságot, lehetőleg csak saját gyermekünk tárgyait érintsük meg, és a lehető legrövidebb idő alatt hagyjuk el az épületet.
- Óvoda, iskola utáni közös programok, foglalkozások, szakkörök, tanfolyamok közül csak olyant válasszunk, ami szabad térben végezhető és a megfelelő szociális távolság a gyermekek között betartható.
- Készüljünk fel, hogy bármikor hirtelen kell mennünk gyermekünkért, ilyenkor igyekezzünk mielőbb odaérni és gyermekünket saját gépkocsival hazaszállítani.
- Legyen egy családi intézkedési tervünk arra az esetre, ha gyermekünk megbetegszik. Lehetőleg ne az idős, beteg nagyszülők felügyeletére bizzuk őket, akiknél egy esetleges fertőzés komoly kockázatot jelenthet.

### **Mit tegyünk, ha gyermekünk beteg lesz?**

- Alapszabály, hogy csak teljesen tünetmentes gyermeket engedjünk közösségbe!
- Ha a gyermekünk betegnek tűnik, maradjon otthon. Ha az óvodában, iskolában észlelik a gyermek betegségét, ott megfelelő felügyelet mellett elkülönítik őt a többi gyermektől és haladéktalanul értesítik a szülőket. A gyermeket ilyenkor mielőbb haza kell vinni, de ilyenkor lehetőség szerint ne vegyük igénybe a tömegközlekedést.
- Ha olyan tünetek jelentkeznek, amiket koronavírus is okozhat (láz, köhögés, nehézlégzés, íz- és szaglászvesztés, torokfájás, hányás, hasmenés, fejfájás, izomfájdalom, fáradékonyság, hidegrázás, feltűnő gyengeség), telefonon vegyék fel a kapcsolatot a gyermek orvosával.

### **Telefonos kikérdezés**

- Készüljenek fel minden információval arra, hogy a telefonbeszélgetés során gyorsan, de megbízhatóan tudjuk megítélni a helyzetüket – mióta beteg a gyerek, mik a tünetek, milyen az általános állapota, mennyi a láza, milyen az aktivitása, étvágya, van-e koronavírussal fertőzött beteg a környezetében stb.
- Lehet, hogy az asszisztensi tanácsadás is elegendő, de ha olyan körülmény merül fel, ami orvosi megítélést tesz szükségessé, természetesen orvossal is tudnak beszélni.

A telefonos kikérdezés alapján alapvetően két döntést kell hoznunk:

1. Szükséges-e a gyermek személyes megjelenésével járó orvosi vizsgálat, és be kell-e ezért őt vinni a rendelőbe, igényel-e esetleg sürgős kórházi ellátást. Ha be kell őt vinni vizsgálatra, akkor a gyermek állapotától és a rendelő aktuális leterheltségétől függően egyeztetjük Önökkel ennek idejét.

Szerencsére a legtöbb esetben a diagnózis telefonon keresztül is felállítható, és megbeszélhetők a gyermek otthoni ápolásával kapcsolatos teendők. Ha vényköteles gyógyszerre van szükség, akkor az e-receptre történt felírás után ez bármely gyógyszertárban kiváltható. Kérjük, hogy kövessék a telefonon (esetleg e-mailben) kapott tanácsokat, utasításokat. Tisztázni fogjuk azt is, hogy mikor és hogyan jelezzék felénk a gyermek állapotának változását, ill. mely esetben induljanak az orvosi ügyeletre, vagy sürgősségi osztályra.

2. A második fontos döntés, amit meg kell hoznunk, hogy a tünetek alapján a gyermek COVID-19 fertőzésre gyanús esetnek minősül-e, vagy sem. Ez nemcsak a betegség lefolyását befolyásolhatja, de a gyermek szükséges elkülönítésének időtartamát, ill. a gyógyulást követően közöségbe engedésének idejét is.
- Ha a gyermeket COVID-19 fertőzésre gyanús esetnek minősítjük, utasítani fogjuk Önöket a gyermek otthoni elkülönítésére és a továbbiakban enyhe tünetek esetén távkonzultáció segítségével fogjuk követni a betegség lefolyását. Arra fogjuk kérni Önöket, hogy amíg a gyermek beteg, tartózkodjon szigorúan otthonában, és e-mailben, vagy telefonon rendszeres visszajelzést kérünk majd az állapotáról.

### **Ha a beteget behívjuk a rendelőbe**

Ha egyeztetett időpontra érkeznek, kérem, hogy szigorúan tartsák be az alábbi szabályokat:

- A rendelő váróhelyiségébe csak hívásra lehet belépni.
- Egy gyermeket egy felnőtt kísérhet!
- Csak egészséges kísérő léphet be a gyermekkel a rendelőbe.
- Felnőtteknek és 5 évnél idősebbek gyermekeknek arcmaszk használata kötelező!
- Belépéskor kérem használják a kihelyezett kézfertőtlenítőt!
- Ha a váróban másokkal is találkoznak, ügyeljenek a szociális távolság tartására, végig viseljék a maszkot, lehetőleg minél kevesebb felületet érintsenek!
- Vizsgálat után mielőbb igyekezzenek elhagyni a rendelőt!

A gyermekek vizsgálata a lehető legrövidebb időre korlátozódik, célirányosan vizsgálunk. Lehetséges, hogy ez a korábban megszokottól eltér majd. A játékokat a járvány idejére eltávolítottuk a rendelőből.

### **Teszt és karantén**

- A gyermek háziorvosa intézkedhet a térítésmentes COVID-19 teszt elvégzéséről, amennyiben azt szükségesnek tartja. A mintavétel a mentőszolgálat hatáskörébe tartozik, a háziorvosi rendelőben nincs lehetőség tesztelésre. Járványügyi szempontból jelenleg kizárólag az orr- és torokmintából végzett, a vírus örökítő anyagának kimutatására alkalmas PCR vizsgálat fogadható el, a vérmintából történő gyorsteszt nem. A mintavétel a beteg lakásán történik, a mentőszolgálat kapacitásától függően általában 48 órán belül. Ha érkezésükről küldenek előre értesítést, akkor a mintavételig ne egyen, ne igyon a gyermek és fogat se mosson. A mintavétel gyors, de kicsit kellemetlen, erre érdemes gyermeküket felkészíteni.

- Eredmény általában 24-48 órán belül várható, erről a vizsgálatot elrendelő orvos egy online felületen értesítést kap, de a szülő a saját ügyfélkapuján is meg tudja nézni, ha ahhoz a gyermek előzetesen „hozzá lett rendelve”.
- Pozitív eredményről hivatalos tájékoztatást kap a lakcím szerinti népegészségügyi osztály és a hatósági karantén elrendelése mellett megkezdji a kontakt személyek felkutatását. Ugyanez történik akkor, ha az óvodában, iskolában a gyermekünk csoporttársáról, osztálytársáról, esetleg a pedagógusról, vagy intézeti dolgozóról derül ki, hogy COVID-19 pozitív. A hatósági zárlatban elrendelt utasítások betartását a rendőrség ellenőrzi.
- COVID-19 fertőzésre *gyanús*, de pozitív PCR teszttel nem igazolt beteg gyermek tünetmentes testvérei, szülei, családtagjai nem minősülnek kontakt személynek, így közösségbe, munkába járhatnak, nem kötelező karanténban maradniuk. Célszerű, - és ezt az iskola, óvoda el is várja – ha a gyanú felmerüléséről tájékoztatják a közösséget, ahová a gyermek jár.
- Akinek az első tesztje negatív, de a gyanús tünetek továbbra is fennállnak, annak 48 óra múlva egy második tesztet is érdemes csináltatni.

### **Mikor engedhető vissza a közösségbe gyermekünk?**

- Láz, köhögés, nehézlégzés, valamint a szag- és ízérzés hirtelen zavara esetén a gyermek akkor vehető vissza a közösségbe, ha a fenti tünetek kezdete óta legalább 10 nap eltelt, a gyermek több, mint 3 napja láztalan, és több mint 3 napja nincsenek légúti tünetei. Mivel az említett tünetek utalhatnak COVID-19 fertőzésre, egy esetleges negatív teszt sem mentesít a 10 napos otthoni karantén alól.
- Egyéb panaszok esetén, mint: torokfájás, orrfolyás, fejfájás, izomfájdalom, fáradékonyság, hányás, hasmenés, szemváladékozás, hasfájás, bőrkiütés, ha a COVID-19 fertőzés gyanúja nem merült fel, a gyermek 24 órás teljes tünetmentesség esetén visszavehető a közösségbe.

### **Igazolás, táppénz, beutaló**

- Receptet, táppénzt, igazolást, beutalót telefonon, vagy e-mailben kérjenek, kéréseiket igyekezünk 24 órán belül teljesíteni. Adminisztratív tevékenységet „sürgősen” nem tudunk végezni, kérjük, vegyék ezt figyelembe!
- A legtöbb megkeresés a hiányzások igazolásával kapcsolatosan történik. Orvosi igazolást kizárólag betegség esetén adhatunk, ha a mulasztás első napján erről a szülő értesíti az orvost, és csak azokra a napokra, amikor a gyermek valamilyen fertőző betegség miatt mulasztott. Nem írhatunk igazolást, ha azt nem betegség miatt kérik. (Pl. sportoláshoz, szabadidős tevékenységhez, elalváshoz, stb.)
- Az orvosi igazolásra vonatkozó jogszabályok kizárólag annak az időszaknak a meghatározását írják elő az orvos számára, amikor a gyermek a közösséget betegség miatt nem látogathatja. Ezért a gyermek személyi azonosító adatain kívül az orvosi igazolásokon az alábbi kötelező adattartalom szerepel: "Fent nevezett gyermek ...-tól ...-ig betegség miatt nem látogathatja a nevelési-oktatási intézményt" Az oktatási intézmények által az igazolás szövegével kapcsolatban támasztott további igények (pl. "egészséges", "közösségbe járhat", stb.) jogilag nem megalapozottak és nem kötelező érvényűek az orvosok számára. Ugyancsak nem jogosult az iskola a szülőktől egyéb orvosi zárójelentést, szakorvosi leletet, COVID-19 teszt eredményt, vagy más GDPR-érzékeny személyes egészségügyi adatot tartalmazó dokumentumot bekérni hiányzás igazolása céljából.

- Az orvosnak lehetősége van az igazolásokat közvetlenül e-mailen keresztül is eljuttatni az óvodákba, iskolákba, az igazolás átvétele miatt tehát nem kell a szülőnek orvoshoz menniük, vagy egészséges, gyógyult gyermeket igazolás miatt a rendelésre vinni.
- Aki hatósági karanténban van, az annak elrendeléséről szóló határozattal egyben igazolja a hiányzását is, külön orvosi igazolásra ilyenkor nincs szükség.
- Az e-receptek írására továbbra is lehetőség van, az így felírt gyógyszereket a gyermek TAJ számával tudják kiváltani a gyógyszerertárban. Felírási igazolást ehhez Önöknek nem kell bemutatniuk.

#### **Védőoltások, szűrővizsgálatok,**

- A státuszvizsgálatok és a védőoltások beadása szigorúan meghatározott időben, de egyelőre folytatódik, ezekre időpontot telefonon kérhetnek.
- Igyekszünk az egyszerre beadható oltásokat összevonni, ennek megfelelően egyes védőoltások időpontja módosulhat. Előfordulhat olyan alkalom, amikor gyermeke egyszerre három, vagy négy oltást is kap, vagy egy végtagba akár két oltást is adunk.
- Hangsúlyozzuk, hogy a védőoltások nem gyengítik az immunrendszert, nem jelentenek fokozott kockázatot a koronavírus-fertőzés szempontjából és hatékonyságukat sem veszélyeztetni, ha esetleg lappangási időben történik kerülne sor a beadásukra.
- Az egészséges tanácsadások a betegek ellátásától térben és időben elválasztva, előzetesen megfelelően fertőtlenített helyiségben történnek.
- Kiemelten fontos a gyermekek számára a szezonális influenza elleni védőoltás felvétele. Várhatóan október közepétől lesz elérhető az oltóanyag a gyógyszerertárakban. Az oltás beadását érdemes az október és december közötti időszakra időzíteni. Amint friss információhoz jutunk az idei influenzaoltás elérhetőségével kapcsolatban, a rendelő honlapján, vagy facebook oldalán tájékoztatjuk Önöket.

Nehéz, embert próbáló helyzetet élünk meg most mindannyian, de minden krízis lehet közösségformáló, pozitív hatású is. Ilyenkor különösen fontos az egymás szempontjait kölcsönösen figyelembe vevő kommunikáció. Kérjük, hogy jelezzék, ha valamivel nem értenek egyet, vagy nem értik, hogy miért történik Önökkel valami. Igyekszünk legjobb tudásunk szerint segíteni. Viselkedjünk mindannyian felelősen magunk, családunk, gyermekeink és közösségünk iránt.

2020. szeptember 21.

összeállította: Dr. Kovács Ákos gyermekorvos

felhasznált forrás: Biztos Kezek Alapellátó Gyermekorvosok Szülői Fóruma

<https://www.facebook.com/BiztosKezekAlapellatoGyermekeorvosokTarsasaga/>