

新型冠状病毒 与孩子的健康

Dr. Eda Chao, M.D. 赵文琪 医生, 儿科副主任

王嘉廉社区医疗中心
获加街125号
New York, NY 10013
(212) 226-3888

2020年4月24日, 星期五



CHARLES B. WANG
COMMUNITY HEALTH CENTER
王嘉廉社區醫療中心



演讲嘉宾：
Dr. Eda Chao, M.D.
赵文琪 医生, 儿科副主任



赵文琪医生是一位经验丰富的儿科医生，自2004年以来一直在王嘉联社区医疗中心工作，目前担任唐人街医院儿科副主任。她自2003年起获得美国儿科委员会认证，现为美国儿科学会（AAP）会员。

赵医生原籍加州，在加州大学伯克利分校获得本科学位，之后在加州大学圣地亚哥分校医学院就读。2003年，她在哥伦比亚长老会医疗中心完成了儿科住院医师培训，在加入王嘉廉社区医疗中心之前，她曾在儿科重症监护室担任住院医师。她的临床研究兴趣包括儿童肥胖、母乳喂养和心理健康。赵医生通过社区外展活动、研讨会、广播谈话节目，积极倡导健康的生活方式。她还定期对纽约市立大学医学院的医学生提供督导。

分享主题

- ❖ 了解新型冠状病毒
- ❖ 保障家人的健康
- ❖ 疫情下的儿童护理
- ❖ 福利与保险



了解新型冠状病毒

❖ 症状：

- 感染者可能没有症状
- 感染者可能出现一些不同的症状，这些症状可能会持续几天或几周
- 感染者可能在暴露后几天或两周内出现以下症状
 - 咳嗽
 - 呼吸问题
 - 发烧
 - 身体疼痛
 - 喉咙痛
 - 嗅觉丧失
 - 气短
 - 不常见的症状有：腹痛、呕吐、腹泻
- 新型冠状病毒与其他病毒是较难区分的



了解新型冠状病毒

❖ 好消息：

- 儿童/年轻人一般不会因新型冠状病毒病得很重

❖ 坏消息：

- 即使儿童不会病得很重，孩子也可以将病毒传播给父母和家庭中的老人
- 老年人，特别是患有其他慢性疾病（肺部疾病，心脏病，糖尿病或免疫系统较差）的人可能会出现严重症状
- 患有哮喘，肥胖，心脏病，糖尿病或免疫系统差的儿童发生并发症的风险更高



关于新型冠状病毒的治疗

- 目前还没有被认证过的治疗轻度感染的药物
- 可用退烧药治疗发烧和疼痛（摄入剂量依据个人体重而定）
- 应保持患者摄入充足的水分
- 可为患有哮喘的儿童服用哮喘药物
- 可打电话给医生进一步讨论



关于新型冠状病毒的测试

- 如果您患有轻度症状，则不需要进行测试
- 如果您需要住院，测试通常会在入院过程中完成
- 您可以开车去测试现场
- 建议不要去测试诊所或在测试现场排队等待测试，除非您人在车内



保障家人的健康

- ❖ 经常用肥皂和温水洗手20秒
 - 使用浴室之后
 - 吃饭前后
 - iPad 平板电脑 / iPhone 手机
 - 咳嗽/打喷嚏/抚摸脸之后
 - 收到邮件/包裹之后
 - 买杂货或外出之后

- ❖ 尽量不要碰到脸/鼻子
- ❖ 避免共享食物，器皿和杯子
- ❖ 如果没有肥皂和水，可以在手上使用至少含有60%的酒精消毒剂凝胶



保障家人的健康

- ❖ 每天至少清洁一次以下物体的表面
 - 请使用消毒剂擦拭或含有至少60%酒精的擦剂
 - 桌子
 - 椅子
 - 门把手(所有门、厨房/橱柜门)
 - iPad 平板电脑/iPhone 手机(需用酒精擦拭)
 - 电灯开关
 - 浴室(水龙头、水槽、卫生间)
 - 地板



保障家人的健康

- 将家中的病员与其他家庭成员分开
- 经常在家洗手
- 如果家里有人生病，每个人都戴上口罩
- 为病员指定一名看护人- 看护人在看护病员的过程中可以戴上口罩/手套，利用热水清洗病员的衣服/床单/盘子
- 如有可能，尽量确保病员有自己的房间和浴室，或在病员使用浴室后做清洁工作
- 病员应该自己在房间里吃饭
- 病员不应外出



保障家人的健康

- 如果生病或外出，请家人（务必）戴上口罩，并与他人保持6英尺的距离
- 外出回家后洗手、洗澡、洗衣服
- 避免去拥挤的超市
- 打电话给超级市场看看是否有一些超市可以安排送货
- 如果你需要药品，打电话给药房看看药房是否安排送货



照顾好您的孩子 - 什么时候需要给医生打电话？

- 咳嗽或发烧
- 喉咙痛
- 发烧3天以上
- 呕吐或腹泻
- 呼吸有问题（呼吸短促，使用到肌肉）
- 脱水（6小时以上无小便）
- 腹痛
- 皮疹
- 任何其他问题



照顾好您的孩子 - 什么时候需要给医生打电话？

- ❑ 当你的医生建议你去诊所或急诊室时
- ❑ 如果你的孩子需要医疗照顾时，一定不要耽搁
 - 例如：肾脏感染、阑尾炎、肺炎、哮喘、链球菌感染
- ❑ 在疫情期间仍可能发生的一些医疗紧急情况
- ❑ 大多数儿科急诊室都是开放的，并不是都很忙



如果我的孩子需要疫苗怎么办？

2岁以下儿童的疫苗仍然很重要！

- ❑ 在日常成人与婴儿较为亲近的生活环境下，常见的传染病可以从成年人传染给婴儿，并引起严重的疾病
 - 百日咳、肺炎、乙型肝炎、脑感染、麻疹、水痘、流感
- ❑ 如果你的孩子不到2岁，他们应该按时接种疫苗
- ❑ 大多数诊所把健康儿童和患病儿童分开
 - 例如上午接收早上健康的儿童，下午接收生病的儿童
 - 限制家长人数
 - 要求所有病人在进诊所前打电话



如果我们常去的诊所关门了怎么办？

王嘉廉社区医疗中心依然开放

- 我们一直通过视频和电话与患者进行交流
- 我们可以接受新病人
- 请您来访前先电话联系我们
- 我们有心理健康和社会工作者需要额外的支持

曼哈顿中国城地址:

儿科电话:212 226 3888

内科电话: 212 379 6998

136-26 37街 法拉盛, 皇后区

儿科电话 : 718 886-1222

内科电话 : 718 886-1200

137-43 45街 法拉盛, 皇后区

儿科电话 : 929 362 3006

内科电话 : 929 362-3006



如何在家护理我的孩子？

- 设定每日行程
 - 每天同一时间起床、远程学习、玩耍和睡觉
- 让你的孩子把每天的日程安排写下来贴在墙上
- 教导孩子游戏和培养他们的新爱好：象棋、绘画、烹饪
- 尽量让孩子们每天锻炼至少30分钟
 - 如果担心会产生噪音，可以考虑通过音乐和舞蹈，俯卧撑和下蹲，呼啦圈，瑜伽视频进行锻炼
 - 如果不忙，你也可以出去走走，带孩子去散散步
- 一起看电影或玩过家家，享受家庭时光
- 根据孩子的年龄，回答孩子关于新型冠状病毒的问题和担忧，让他们放心。



如何照顾好自己？

- 从新闻和社交媒体里暂时抽身休息一下
- 听音乐或冥想
- 散步
- 洗个淋浴
- 加入在线支持小组
- 与朋友/家人交谈
- 保证充足的睡眠
- 向医生寻求帮助



需要额外援助和福利？

- ❑ <http://www.cbwchc.org/Covid19.asp>
- ❑ 致电311
- ❑ www1.nyc.gov/site/coronavirus/index.page 【可查阅中文网页信息】
- ❑ 餐饮支持
 - SNAP和WIC在家
 - 纽约市送餐协助
 - www.Maps.nyc.gov/foodhelp/
 - 收拾三餐-儿童和家庭-7:30 AM-1:30 PM。 成人：11:30 AM-1:30 PM
GetFoodNYCInfo
- ❑ 租金/房屋
- ❑ 失业
- ❑ 健康保险
- ❑ 学校和教育-使用iPad或笔记本电脑选择没有笔记本电脑的人
- ❑ ACS
- ❑ 家庭暴力
- ❑ 偏见-报告仇恨犯罪/攻击
- ❑ 最近无家可归的旅馆·医院出院的人·医护人员和志愿者



需要医疗保险？

- 如果您没有健康保险，我们可以提供健康保险人工协助 / 导航协助，以帮助您注册纽约州健康局或政府的福利，包括医疗补助，儿童健康增强计划和合格健康计划。
- 欲了解更多信息，请致电
(646) 899-0444 (英语、汉语和韩语) 或
(646) 906-3747 (英语、孟加拉语和西班牙语)。
- 我们还可以根据您的家庭收入和家庭规模提供一些浮动费用折扣。



如有问题，您可以联系

Dr. Eda Chao, M.D. 赵文琪 医生, 儿科副主任

王嘉廉社区医疗中心
获加街125号
New York, NY 10013

(212) 226-3888



关注我们@CBWCHC



Yi-Ling Tan

Program Manager

Yi-Ling.Tan@nyulangone.org

Jennifer Wong

Senior Program Coordinator

Jennifer.Wong@nyulangone.org



CHARLES B. WANG
COMMUNITY HEALTH CENTER
王嘉廉社區醫療中心