

Mga Bata, Kabataan at mga Pamilya sa Panahon ng COVID-19

Children, Youth and Families During COVID-19

Mga paaralan

Ang mga maskara ay hindi kinakailangan para sa mga kawani ng K-12, mga mag-aaral o mga bisita sa mga paaralan pagkatapos ng bakasyon ng tagsibol. Ang pagsusuot ng maskara na lampas sa rekomendasyon ng pampublikong kalusugan ay isang personal na pagpipilian, batay sa kagustuhan ng indibidwal. Maaaring piliin ng ilang mga mag-aaral at kawani na ipagpatuloy ang pagsusuot ng hindi medikal na maskara o panakip sa mukha sa buong araw o para sa ilang mga partikular na aktibidad. Ang desisyon na magsuot ng maskara sa mga kapaligiran ng paaralan ay dapat igalang.

Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang:

- [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): Pangangalaga sa Bata, mga Paaralan at mga Kampus](#)
- [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): K-12 na mga Paaralan at COVID-19](#)
- [Pamahalaan ng British Columbia: Ligtas na mga paaralan sa COVID-19](#)
- [Pamahalaan ng British Columbia: Impormasyon para sa mga Magulang at mga Pamilya](#)
- [Pamahalaan ng British Columbia: Pagsusuri ng Pang-araw-araw na Kalusugan sa K-12](#)
- [Pamahalaan ng British Columbia: Mga Panlalawigang Alituntunin sa Nakakahawang Sakit ng COVID-19 para sa Mga Kapaligiran ng K-12](#) (PDF, 585KB)

Mga Pagkalantad sa Paaralan

Sa pagbabalik sa sesyon ng mga paaralan, maaaring nag-aalala ka tungkol sa tumataas na pagkalantad sa COVID-19. Para sa impormasyon tungkol sa mga pagkalantad sa paaralan mula sa iyong lokal na awtoridad ng kalusugan, tingnan ang:

- [Fraser Health: Mga Pagsilakbo sa Paaralan](#)
- [Panloob na Kalusugan: Mga Pagkalantad sa COVID-19 sa Paaralan](#)
- [Island Health \(Kalusugan ng Isla\): COVID-19 sa mga Paaralan](#)
- [Northern Health \(Kalusugan ng Hilaga\): Mga pampublikong pagkalantad, mga pagsilakbo at mga pagpapatupad](#)
- [Vancouver Coastal Health \(Kalusugan ng Baybayin ng Vancouver\) Para sa K-12 na paaralan at mga pangangalaga ng bata sa komunidad](#)

Ikaw at ang iyong anak ay maaaring magtaka kung paano ibinibigay ang pagsusuri sa COVID-19. Upang matulungan na mabawasan ang pagkabalisa at pag-aalala para sa mga bata na dapat kumuha ng

pagsusuri, ang BC Children's Hospital ay gumawa ng isang nagbibigay-kaalaman na video. Maaari mong panoorin habang ang isang Dalubhasa sa Buhay ng Bata (Child Life Specialist) ay nagpapakita kung paano gumagana ang pagsusuri at kung ano ang maramdaman ng mga bata kapag tinatanggap nito. Panoorin ngayon upang matuto nang higit pa tungkol sa [pagsusuri sa COVID-19 para sa mga bata](#). Ang pagsusuri para sa COVID-19 ay inirerekomenda para sa sinuman na may sipon, trangkaso o parang mga COVID na sintomas, kahit na mga banayad na sintomas lamang. Ang pagsusuri ay hindi kailangan kung wala kang mga sintomas. Hindi mo kailangan ang isang pagsasangguni o tumawag sa **8-1-1**. [Alamin nang mahigit pa ang tungkol sa pagsusuri at kung saan maaaring magpasuri](#).

Kalusugan ng Ina at Sanggol

Pagbubuntis

Ang pagbubuntis ay hindi nagdaragdag ng panganib na makakuha ng COVID-19. Ang mga buntis na kababaihan ay dapat sundin ang parehong mga patnubay ng paghihiwalay ng sarili tulad ng lahat sa komunidad. Kung magkasakit ka sa panahon ng iyong pagbubuntis, dapat kang makipag-usap sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan at magpasuri para sa COVID-19.

Matuto nang higit pa tungkol sa pagbubuntis at COVID-19 sa:

- [BC Women's Hospital, Impormasyon sa COVID-19 para sa mga Pasyente \(Mga Karaniwang Katanungan\)](#).
- [Pamahalaan ng Canada: COVID-19: Pagbubuntis, panganganak at pag-aalaga para sa isang bagong panganak](#)

Pagpapakain ng Sanggol

Ang pagpapasuso ay isang mabuting paraan upang matulungan na protektahan ang iyong sanggol mula sa pagkakasakit. Magpatuloy sa pagpapasuso at hawakan nang balat-sa-balat ang iyong sanggol nang madalas. Ang paghuhugas ng iyong mga kamay nang madalas ay maaaring makatulong na maiwasan ang iyong sanggol na magkasakit. Upang maging mas ligtas, magsuot ng maskara habang nagpapasuso kung hindi maganda ang iyong pakiramdam. Kung gumagamit ka ng isang pambomba ng suso, hugasan nang lubusan ang lahat ng mga bahagi ng iyong pambomba at kagamitan sa pagpapakain sa bawa't beses. Kung nagdaragdag o eksklusibong gumagamit ng pormula, magkaroon ng sapat na pormula na handa upang tumagal sa iyo ng dalawang linggo.

Upang matuto nang higit pa tungkol sa pagpapakain ng sanggol sa panahon ng COVID-19, tingnan ang:

- [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): Mga Sanggol](#)
- [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): Pagpapasuso at COVID-19 \(PDF 590KB\)](#)
- [Mga Perinatal na Serbisyo ng BC: COVID-19 at Mga Madalas na Tinatanong tungkol sa Pagpapasuso \(PDF 89KB\)](#)
- [Mga Perinatal na Serbisyo ng BC: COVID-19 at mga Madalas na Tinatanong tungkol sa Pagpapakain ng Pormula sa Sanggol \(PDF 139KB\)](#)

Pagiging Magulang sa Panahon ng COVID-19

Ang pagiging magulang sa panahon ng pandemya ay nagbibigay ng mga natatanging hamon. Ang mga bata ay maaaring naiinip at nasasabik sa mga kaibigan. Ang ilan ay wala na sa pangangalaga ng bata o paaralan. Maaaring mayroon kang mga karagdagang alalahanin tungkol sa pampisikal at pangkaisapang kalusugan ng iyong mga anak.

Positibong Pagiging Magulang Sa Panahon ng isang Pandemya

Ang mga bata at kabataan ay maaaring mangailangan ng dagdag na suporta upang makayanan ang pagiging malayo mula sa mga kaibigan at hindi pakikilahok sa kanilang karaniwang mga gawain. Matuto ng tungkol sa kung paano natin maaaring kausapin ang mga bata at kabataan tungkol sa pandemya.

- [Canadian Paediatric Society: Pagtulong sa mga bata at kabataan na makayanan ang mga nakababahalang pampublikong kaganapan](#)
- [Canadian Pediatric Society: Paano natin kausapin ang mga bata tungkol sa COVID-19? Maging "makatotohanan sa muling pagbibigay ng katiyakan"](#)
- [Canadian Pediatric Society: Pagiging Magulang sa panahon ng COVID-19 Isang bagong hangganan](#)
- [Mga Katalinuhan sa Media \(Media Smarts\): Pagtulong sa mga bata na manatiling nakikipag-ugnay habang panlipunang nagdidistansya](#)
- [Mga Katalinuhan sa Media \(Media Smarts\): Panlipunang media at oras ng panonood sa panahon ng isang pandemya](#)

Mga Mapagkukunan para sa mga Kabataan at kanilang mga Magulang

Alamin ang tungkol sa kung paano mo masusuportahan ang iyong tinedyer sa panahon ng pandemya.

- [Canadian Pediatric Society: COVID, kabataan, at paggamit ng droga: Mga kritikal na mensahe para sa kabataan at mga pamilya](#)
- [Canadian Pediatric Society: Mga tip at mga diskarte upang matulungan ang mga kabataan na makayanan ang panahon ng COVID-19 na pandemya](#)
- [Telepono ng Tulong sa Mga Bata: Narito kami para sa iyo sa panahon ng COVID-19](#)

Pagtataguyod ng Pangkaisipang Kalusugan para sa Mga Bata at Kabataan

Ang mga kinakailangan sa pisikal na pagdidistansya at paghihiwalay ay maaaring makaapekto sa pangkaisipang kalusugan para sa mga bata at kabataan. Maghanap ng mga mapagkukunan para sa pagsusuporta sa mga bata.

- [Canadian Pediatric Society: Paano matutulungan ang mga kabataan na malutas ang mga pagkalungkot sa panahon ng COVID-19 at #pisikalnapagdidistansya](#)
- [Canadian Pediatric Society: Pagsusuporta sa mga kabataan na may mga karamdaman sa pagkabalisa sa panahon ng COVID-19 na pandemya](#)
- [Canadian Pediatric Society: Ang CARD System para sa Pagkaya sa mga pangamba at pagkabalisa](#)
- [Inter-Agency Standing na Komite: Ikaw ay Aking Bayani: Paano maaaring labanan ng mga bata ang COVID-19!](#)

- [Pangkaisipang Kalusugan at COVID-19](#)

COVID-19 sa mga Bata

Sa pangkalahatan, ang mga bata ay may mas bayanad na mga sintomas ng COVID-19 kaysa sa mga may sapat na gulang. Para sa impormasyon tungkol sa epekto ng COVID-19 sa mga bata at kung paano sila panatilihin ligtas, tingnan ang [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Center for Disease Control\): COVID-19 at mga Bata](#) Para sa impormasyon kung kailan maa-access ang pangangalaga sa panahon ng COVID-19, tingnan ang [Child Health BC: Isang mensahe sa mga magulang at mga tagapag-alaga sa panahon ng COVID-19 na pandemya](#) (PDF 351KB).

Mga pantal at pamamagang mga reaksiyon

Naiulat na ang mga bata ay nakakaranas din ng mga pantal o sugat sa balat o isang pamamagang tugon ng mga ilang linggo pagkatapos ng impeksyon sa COVID-19. Ang "COVID toes", na kilala rin bilang parang-chilblain na mga sugat, ay isa sa ilang mga sugat sa balat na nakitang kasama ng COVID-19. Ang mga sugat sa balat na ito ay parang isang espesipikong pantal. Karaniwan silang nakikita sa mga bata o mga kabataan at hindi nauugnay sa matinding karamdaman.

Multisystem inflammatory syndrome in children (MIS_C) [Sindrom ng maraming-sistetemang pagmamaga sa mga bata (MIS_C)]

Ang [Multisystem inflammatory syndrome](#) in children (MIS-C) ay isang bagong nakilalang klinikal na sindrom sa mga bata at kabataan. Ang MIS-C ay parang sanhi ng isang labis na pagtugon sa kakayahang lumaban sa sakit, na humahantong sa matinding pagkalat ng pamamaga. Ang iba't ibang mga bahagi ng katawan ay maaaring mamaga, kabilang ang puso, gastrointestinal na sistema, mga baga, mga bato, utak, balat, mga mata at mga lymph node. Maaari itong maging malubha at nakamamatay pa, nguni't ang karamihan sa mga bata ay gumagaling sa medikal na pangangalaga.

Mga Batang May Espesyal na mga Pangangailangan sa Kalusugan

Maaaring mayroon kang mga karagdagang alalahanin kung ang iyong mga anak ay may espesyal na mga pangangailangan sa kalusugan.

- [Nagsasalita ang Autism: Impormasyon at mga mapagkukunan tungkol sa COVID-19 para sa mga pamilya](#)
- [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): Mga batang may mga kompromisong panlaban sa sakit](#)
- [Ospital ng mga Bata ng BC \(BC Children's Hospital\): Pilyego sa pagsubaybay sa dosis ng inhaler \(PDF. 129KB\)](#)
- [Canadian Pediatric Society: Hika ng bata at COVID-19](#)
- [Canadian Pediatric Society: Type 1 na dyabetis at COVID-19 Pagbabalik sa Paaralan](#)
- [Canadian Paediatric Society: Kapag ang iyong anak ay mayroong ADHD: Pagkaya sa panahon ng isang Pandemya](#)
- [SickKids: Pagsuporta sa iyong anak na may neurodevelopmental na sakit sa panahon ng COVID-19 na krisis](#)

Kaligtasan

Matuto nang higit pa tungkol sa pag-iwas sa mga pinsala sa panahon ng pandemya.

- [Pag-iwas sa Pinsala sa Panahon ng COVID-19](#)
- [Canadian Paediatric Society: Pag-iwas sa mga pinsala sa bahay sa panahon ng COVID-19](#)

Huling pinagbago: Marso 11, 2022

Ang impormasyon na ibinigay sa itaas ay inangkop mula sa [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \[BC Centre for Disease Control\]: Impormasyon sa Pagsusuri](#) na pahina, [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): Edad ng mga reaksyon sa pantal at pamamaga](#), [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): Mga Sanggol](#) na pahina, [BC Women's Hospital, Impormasyon sa COVID-19 para sa mga Pasyente \(Mga Karaniwang Katanungan\)](#) na pahina, [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): Mga K-12 na paaralan at COVID-19](#) at ang [Sentro para sa Pagkontrol ng Sakit ng BC \(BC Centre for Disease Control\): Pahina ng Mga Uri ng mga pagsusuri](#) na na-akses noong Agosto, 2021.

Para sa higit pang mga paksa ng HealthLinkBC File, bisitahin ang www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files o ang iyong lokal na yunit ng pampublikong kalusugan. Para sa hindi pang-emerhensyang impormasyon sa kalusugan at payo sa B.C. bisitahin ang www.HealthLinkBC.ca o tumawag sa **8-1-1** (libreng tawag). Para sa mga bingi at mahina ang pandinig, tumawag sa **7-1-1**. Magagamit ang mga serbisyo sa pagsasalin sa higit sa 130 wika kapag hiniling.