

儿童、青年和家庭在COVID-19期间

学校

卑诗省的学生将在九月回到学校参加面授教学。面授学习对于学生的教育、健康以及社交情感的发展非常重要。我们已采取新的健康和安全措施以确保每个人的安全。这些措施包括戴口罩、洗手、保持社交距离。

学校所有教职员工、志愿者、访客、年满 12 岁的学生在学校室内期间，都必须戴口罩。仅以下情况除外：

- 如果没有他人帮助，自己无法摘戴口罩
- 有屏障作用的阻挡物
- 用餐喝水时

我们鼓励 9-12 岁的学生戴好口罩，对未满 9 岁学生是否戴口罩不作规定，由家庭自行决定。

如需更多信息，请参阅：

- [卑诗省疾病控制中心：托儿、学校和校园](#)
- [卑诗省疾病控制中心：学校（幼儿园至 12 年纪）COVID-19 疫情防控](#)
- [卑诗省政府：COVID-19 安全学校](#)
- [卑诗省政府：给家长与家庭的信息](#)
- [卑诗省政府：幼儿园至12年级学生的健康检查](#)
- [卑诗省政府：卑诗省幼儿园至12年级教学场所应对 COVID-19 疫情健康与安全指导](#) (PDF, 585KB)

校园接触风险

您可能会担心：学校恢复课堂教学后，感染 COVID-19 病毒的风险也会增加。如需了解当地卫生部门发出的校园风险提示，请参阅：

- [菲沙卫生局：校园接触风险](#)
- [内陆卫生局：校园接触风险](#)
- [温哥华岛卫生局：校园接触风险](#)
- [北部卫生局：COVID-19校园接触风险](#)
- [温哥华沿岸卫生局：VCH校园接触风险](#)

您和孩子可能对 COVID-19 检测如何进行不太了解。为了帮助必须接受检测的儿童减轻焦虑和顾虑，卑诗省儿童医院制作了一段内容丰富的视频。您可以观看由儿童生活专家所展示的检测方法

以及儿童接受检测时的感受。立即观看，了解有关[儿童接受COVID-19检测](#)的更多信息。即使仅为轻微症状，我们建议所有出现感冒、流感或近似 COVID 症状的人士接受 COVID-19 检测。如果您没有任何症状，则无需接受检测。您不需要医生转诊或事先拨打 [8-1-1](#) 进行预约。[了解有关检测和检测地点的更多信息。](#)

母婴健康

怀孕

怀孕不会使您增加感染 COVID-19 的风险。孕妇应和社区其他成员一样，遵守同样的自我隔离准则。如果在怀孕期间生病，您应该咨询医护人员并接受 COVID-19 检测。

如需更多关于怀孕和 COVID-19 的信息，请参考：

- [卑诗省妇女医院，COVID-19患者信息（常见问题）](#)
- [加拿大政府：在COVID-19期间怀孕、分娩和照护新生儿](#)

哺喂婴儿

母乳喂养是预防婴儿生病的良好方法。继续母乳喂养并经常与婴儿肌肤接触。母亲勤快洗手有助于预防婴儿生病。为安全起见，如果您感到不适，请在母乳喂养时戴上口罩。如果您有使用泵奶器，请每次彻底清洗泵乳器和哺乳器具的所有部件。如果您混合喂养或只使用配方奶粉，请准备好两周用量的配方奶粉。

如需有关在 COVID-19 期间喂养婴儿的更多信息，请参阅：

- [卑诗省疾病控制中心：婴儿](#)
- [卑诗省疾病控制中心：母乳喂养与COVID-19](#) (PDF, 590KB)
- [卑诗省围产期服务：COVID-19和母乳喂养常见问题解答](#) (PDF, 89KB)
- [卑诗省围产期服务：COVID-19和婴儿配方奶粉喂奶常见问题解答](#) (PDF, 139KB)

在COVID-19期间育儿

疫情对育儿带来了特殊的挑战。孩子们可能会感到无聊和想念朋友。有些孩子可能不再回托儿所或返校。您可能对孩子的身心健康还有其他方面的顾虑。

疫情期间的积极育儿态度

儿童和青年可能需要更多的支持，来帮助他们应对远离朋友和无法参与日常活动的情况。了解如何帮助儿童和青年瞭解疫情。

- [加拿大儿科学会：帮助儿童和青年对公共事件带来的压力](#)
- [加拿大儿科学会：如何帮助孩子们瞭解COVID-19？做到“实事求是地让孩子安心”](#)
- [加拿大儿科学会：在COVID-19期间育儿：新的领域](#)
- [卑诗省儿童健康：给疫情期间的父母和看护人员的一封信](#) (PDF, 351KB)
- [巧用媒体：帮助孩子在保持社交距离的同时保持联系](#)
- [巧用媒体：在疫情期间的社交媒体和屏幕使用时间](#)

给未成年人及其父母的资源

了解如何在疫情期间为青少年提供支持。

- [加拿大儿科学会：COVID、青年和物质使用：给青年及其家庭的重要信息](#)
- [加拿大儿科学会：帮助未成年人应对COVID-19疫情的提示和技巧](#)
- [儿童帮助电话：我们在COVID-19期间为您服务](#)

促进儿童和青年的精神健康

保持社交距离的要求和隔离会对儿童和青年的精神健康产生影响。寻找支持儿童的资源。

- [加拿大儿科学会：如何在COVID-19和保持社交距离期间帮助青年应对忧郁情绪](#)
- [加拿大儿科学会：在COVID-19期间支持患有焦虑症的青年](#)
- [加拿大儿科学会：应对恐惧和焦虑的CARD系统](#)
- [联合国机构间常设委员会：我的英雄就是你：孩子如何对抗COVID-19!](#)
- [精神健康与COVID-19](#)

儿童感染了COVID-19

儿童的 COVID-19 症状通常比成人较轻。有关 COVID-19 对儿童的影响以及如何保证儿童安全的信息，请参阅[卑诗省疾病控制中心：COVID-19 与儿童](#)。

皮疹和炎症反应

曾有报告指出儿童在感染 COVID-19 数周后会出现皮疹、皮肤病变或炎症反应。“COVID 脚趾”，也称为冻疮样病变，是 COVID-19 的几种皮肤病变之一。这些皮肤病变是一种特殊的皮疹。通常见于儿童或年轻人，并非严重疾病。

儿童多系统炎症综合征（Multisystem inflammatory syndrome in children，简称为 MIS-C）

儿童多系统炎症综合征（MIS-C）是一种新发现的儿童和未成年人临床综合征。MIS-C 由过度免疫反应引起，并且可导致严重广泛炎症。不同的身体部位都有可能出现炎症，包括心脏、胃肠系统、肺、肾脏、大脑、皮肤、眼睛和淋巴结。炎症可能很严重，甚至致命，但大多数儿童在接受医疗护理后都出现好转。

有关皮疹和炎症反应的更多信息，请参阅：

- [卑诗省疾病控制中心：皮疹和炎症反应](#)

有特殊健康需要的儿童

如果您的孩子有特殊的健康需求，您可能还有其他顾虑。

- [自闭症之声：适用于家庭的 COVID-19信息和资源](#)
- [卑诗省疾病控制中心：免疫系统低下的儿童](#)
- [卑诗省儿童医院：吸入器剂量跟踪表](#) (PDF, 129KB)
- [加拿大儿科学会：小儿哮喘与COVID-19](#)
- [加拿大儿科学会：一型糖尿病和COVID-19：重返校园](#)
- [加拿大儿科学会：当您的孩子患有注意缺陷与多动障碍 \(ADHD\) 时：在疫情期间如何应对](#)
- [病童医院：支持患有神经发育障碍的孩子度过COVID-19的难关](#)

安全

了解有关在疫情期间预防伤害的更多信息。

- [在COVID-19期间伤害预防](#)
- [加拿大儿科学会：预防在COVID-19期间的家庭伤害](#)

最近更新：2021年8月24日

以上信息改编自[卑诗省疾病控制中心：检测信息页面](#)、[卑诗省疾病控制中心：皮疹和炎症反应的年龄](#)，[卑诗省疾病控制中心：婴儿页面](#)、[卑诗省妇女医院，COVID-19患者信息（常见问题）页面](#)、[卑诗省疾病控制中心：学校（幼儿园至12年级）COVID-19疫情防控页面](#)及[卑诗省疾病控制中心：针对儿童和青年的COVID-19检测信息](#)。页面获取于2021年8月。