



Trẻ em, Thanh thiếu niên và Gia đình trong Thời gian Diễn ra COVID-19

Trường học

Học sinh ở B.C. sẽ trở lại phương thức học trực tiếp vào tháng 9. Phương thức học trực tiếp đóng vai trò quan trọng đối với việc học tập, hạnh phúc và sự phát triển về mặt xã hội và tình cảm của học sinh. Các biện pháp mới nhằm đảm bảo sức khỏe và sự an toàn đang được thực hiện để đảm bảo an toàn cho tất cả mọi người. Những biện pháp này bao gồm đeo khẩu trang, rửa tay và giữ khoảng cách vật lý.

Tất cả nhân viên, tình nguyện viên là người lớn, khách thăm và học sinh từ 12 tuổi trở lên luôn phải đeo khẩu trang không dùng trong y tế hoặc dụng cụ che mặt ("khẩu trang") khi ở tại các không gian trong nhà của trường học. Các ngoại lệ duy nhất là:

- Trong trường hợp một người không thể tự mình đeo hoặc tháo khẩu trang mà không có sự trợ giúp của người khác
- Trong trường hợp có một rào chắn được lắp đặt
- Khi đang ăn hoặc uống

Học sinh từ 9-11 tuổi được khuyến khích đeo khẩu trang. Học sinh dưới 9 tuổi không bắt buộc phải đeo khẩu trang và đây vẫn là quyết định của gia đình.

Để biết thêm thông tin, hãy xem:

- [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Nhà trẻ, Trường học & Trại](#)
- [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Trường học từ Mẫu giáo - Lớp 12 và COVID-19](#)
- [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Thông tin về COVID-19 ở Trường học](#)
- [Chính quyền British Columbia: Trường học an toàn trước COVID-19](#)
- [Chính quyền British Columbia: Thông tin dành cho Phụ huynh và Gia đình](#)
- [Chính quyền British Columbia: Kiểm tra Sức khỏe Lớp Mẫu giáo-Lớp 12](#)
- [Chính quyền British Columbia: Hướng dẫn về Sức khỏe và An toàn trong thời gian diễn ra COVID-19 của Tỉnh cho các Trường từ Lớp Mẫu giáo-Lớp 12 \(PDF, 585KB\)](#)

Tiếp xúc tại Trường học

Khi các trường học hoạt động trở lại, bạn có thể lo ngại về việc tiếp xúc nhiều hơn với COVID-19. Để biết thêm thông tin về nguy cơ tiếp xúc tại trường học từ cơ quan y tế địa phương bạn, hãy xem:

- [Cơ quan Y tế Fraser: Tiếp xúc tại trường học](#)
- [Cơ quan Y tế Interior: Tiếp xúc tại trường học](#)
- [Cơ quan Y tế Island: Tiếp xúc tại các Trường học](#)
- [Cơ quan Y tế Northern: Tiếp xúc với COVID-19 tại trường học](#)

- [Cơ quan Y tế Vancouver Coastal: Tiếp xúc tại các trường học thuộc VCH](#)

Bạn và con bạn có thể thắc mắc xét nghiệm COVID-19 được thực hiện như thế nào. Để giảm sự lo âu và lo lắng cho những trẻ em phải làm xét nghiệm này, Bệnh viện Nhi đồng BC (BC Children's Hospital) đã thực hiện một video để cung cấp thông tin. Bạn có thể xem khi Chuyên gia về Cuộc sống Trẻ em (Child Life Specialist) minh họa cách thức xét nghiệm này được thực hiện và trẻ sẽ cảm thấy thế nào trong quá trình làm xét nghiệm này. Bây giờ hãy xem để biết thêm về [xét nghiệm COVID-19 cho trẻ em](#). Việc xét nghiệm COVID-19 được khuyến nghị đối với bất kỳ ai có những triệu chứng cảm lạnh, cảm cúm hoặc giống COVID, cho dù đó là những triệu chứng nhẹ. Không bắt buộc làm xét nghiệm nếu bạn không có các triệu chứng. Bạn không cần được chuyển tiếp hoặc gọi số [8-1-1](#). [Tìm hiểu thêm về việc xét nghiệm và nơi bạn có thể làm xét nghiệm.](#)

Sức khỏe Bà mẹ và Trẻ sơ sinh

Thai kỳ

Mang thai không làm tăng nguy cơ mắc COVID-19. Phụ nữ có thai nên tuân theo các hướng dẫn tự cách ly giống như mọi người trong cộng đồng. Nếu bạn mắc bệnh trong khi mang thai, thì bạn nên trao đổi với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn và được xét nghiệm COVID-19.

Tìm hiểu thêm về mang thai và COVID-19 ở:

- [Bệnh viện Nữ giới BC \(BC Women's Hospital\), Thông tin về COVID-19 Dành cho Bệnh nhân \(Câu hỏi Thường gặp\)](#)
- [Chính phủ Canada: Mang thai, sinh con và chăm sóc trẻ sơ sinh trong thời gian diễn ra COVID-19](#)

Cho Trẻ sơ sinh Ăn

Cho con bú sữa mẹ là một cách tốt để giúp bảo vệ con bạn khỏi bị bệnh. Tiếp tục cho con bú sữa mẹ và ẵm em bé da-tiếp-da thường xuyên. Rửa tay của bạn thường xuyên cũng có thể giúp bảo vệ con bạn khỏi bị bệnh. Để an toàn hơn, hãy đeo khẩu trang khi cho con bú sữa mẹ nếu bạn đang cảm thấy không khỏe. Nếu bạn đang sử dụng một máy hút sữa, hãy rửa kỹ tất cả các bộ phận của máy và dụng cụ cho bé bú mỗi lần sử dụng. Nếu bạn đang bổ sung hoặc sử dụng sữa công thức hoàn toàn, hãy chuẩn bị sẵn đủ sữa cho hai tuần.

Để tìm hiểu thêm về việc cho trẻ sơ sinh ăn trong thời gian diễn ra COVID-19, hãy xem:

- [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Em bé](#)
- [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Cho con bú sữa mẹ và COVID-19 \(PDF 590KB\)](#)
- [Dịch vụ Toàn sản BC \(Perinatal Services BC\): COVID-19 và những Câu hỏi Thường gặp về Cho con Bú Sữa Mẹ \(PDF 89KB\)](#)
- [Dịch vụ Toàn sản BC \(Perinatal Services BC\): COVID-19 và những Câu hỏi Thường gặp về Cho con Uống Sữa Công thức dành cho Trẻ sơ sinh \(PDF 139KB\)](#)

Nuôi dạy Con trong Thời gian Diễn ra COVID-19

Việc nuôi dạy con cái trong thời gian diễn ra đại dịch gặp những khó khăn đặc biệt. Trẻ có thể buồn chán và nhớ bạn bè. Một số trẻ không còn đến nhà trẻ hay trường học. Bạn có thể có thêm những lo ngại về sức khỏe thể chất và tâm thần của con mình.

Nuôi dạy Con Tích cực trong Thời gian Diễn ra Đại dịch

Trẻ em và thanh thiếu niên có thể cần được hỗ trợ thêm để đối phó với việc xa bạn bè và không thể tham gia vào các hoạt động bình thường của các em. Hãy tìm hiểu về cách chúng ta có thể nói chuyện với trẻ em và thanh thiếu niên về đại dịch này.

- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Giúp trẻ em và trẻ vị thành niên đối phó với những sự kiện cộng đồng gây căng thẳng](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Chúng ta có thể nói chuyện với trẻ em về COVID-19 theo cách nào? Hãy "trấn an một cách thực tế"](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Nuôi dạy con trong thời gian diễn ra COVID-19: Một lĩnh vực mới](#)
- [Cơ quan Sức khỏe Trẻ em BC \(Child Health BC\): Thông điệp dành cho cha mẹ & người chăm sóc trong thời gian diễn ra đại dịch COVID-19 \(PDF, 351KB\)](#)
- [Sử dụng Phương tiện Truyền thông theo cách Thông thái \(Media Smarts\): Giúp trẻ giữ liên lạc với nhau đồng thời giữ khoảng cách xã hội](#)
- [Sử dụng Phương tiện Truyền thông theo cách Thông thái \(Media Smarts\): Truyền thông xã hội và thời gian sử dụng màn hình trong thời gian diễn ra đại dịch](#)

Các Nguồn hỗ trợ dành cho Trẻ vị Thành niên và Cha mẹ các Em

Tìm hiểu về cách bạn có thể hỗ trợ cho đứa con tuổi vị thành niên của bạn trong thời gian diễn ra đại dịch.

- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): COVID, thanh thiếu niên, và việc sử dụng chất kích thích: Những thông điệp vô cùng quan trọng dành cho thanh thiếu niên và gia đình](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Những gợi ý và mẹo vặt để giúp trẻ vị thành niên đối phó trong thời gian diễn ra đại dịch COVID-19](#)
- [Điện thoại Hỗ trợ Trẻ em \(Kids Help Phone\): Chúng tôi có mặt ở đây để hỗ trợ các em trong thời gian diễn ra COVID-19](#)

Nâng cao Sức khỏe Tâm thần cho Trẻ em và Thanh thiếu niên

Các yêu cầu về giữ khoảng cách vật lý và cách ly có thể ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của trẻ em và thanh thiếu niên. Hãy tìm các nguồn lực hỗ trợ trẻ em.

- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Cách giúp thanh thiếu niên vượt qua cảm giác u buồn trong thời gian diễn ra COVID-19 và #giãncáchvậtlý](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Hỗ trợ thanh thiếu niên bị rối loạn lo âu trong thời gian diễn ra đại dịch COVID-19](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Hệ thống CARD để Đối phó với nỗi sợ hãi và lo âu](#)
- [Ủy ban Thường vụ Liên Cơ quan \(Inter-Agency Standing Committee\): Bạn là Người hùng của Tôi: Cách trẻ em có thể chiến đấu với COVID-19!](#)
- [Sức khỏe Tâm thần và COVID-19](#)

COVID-19 ở Trẻ em

Trẻ em thường có các triệu chứng COVID-19 nhẹ hơn người lớn. Để biết thông tin về ảnh hưởng của COVID-19 đối với trẻ em và cách đảm bảo an toàn cho trẻ, hãy xem [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC \(BC Centre for Disease Control\): COVID-19 và Trẻ em](#)

Mẩn đỏ và phản ứng viêm

Đã có báo cáo là trẻ em cũng bị nổi mẩn đỏ hoặc bị tổn thương da hoặc có phản ứng viêm vài tuần sau khi mắc COVID-19. "Ngón chân COVID", còn được biết đến là tổn thương giống như da nứt ở chân, là một trong vài tổn thương da được nhận thấy khi mắc COVID-19. Những tổn thương da này có vẻ như là một mẩn đỏ cụ thể. Chúng thường được thấy ở trẻ em hoặc thanh niên và không liên quan đến bệnh nghiêm trọng.

Hội chứng viêm đa hệ thống ở trẻ em (MIS-C)

Hội chứng viêm đa hệ thống ở trẻ em (multisystem inflammatory syndrome in children, MIS-C) là một hội chứng lâm sàng ở trẻ em và trẻ vị thành niên mới được công nhận. MIS-C có vẻ như được gây ra bởi một phản ứng miễn dịch thái quá, dẫn đến việc bị viêm nghiêm trọng trên diện rộng. Các bộ phận khác nhau của cơ thể có thể bị viêm, bao gồm tim, hệ tiêu hóa, phổi, thận, não, da, mắt và các hạch bạch huyết. Việc bị viêm này có thể nghiêm trọng và thậm chí gây tử vong, nhưng hầu hết trẻ em sẽ đỡ hơn khi được chăm sóc y tế.

Để biết thêm thông tin về mẩn đỏ và phản ứng viêm, hãy xem:

- [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Mẩn đỏ và phản ứng viêm](#)

Trẻ em có Nhu cầu Y tế Đặc biệt

Bạn có thể có thêm các lo ngại nếu con bạn có những nhu cầu y tế đặc biệt.

- [Tự kỷ Lên tiếng \(Autism Speaks\): Thông tin và nguồn hỗ trợ về COVID-19 dành cho các gia đình](#)
- [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Trẻ em bị suy giảm miễn dịch](#)
- [Bệnh viện Nhi đồng BC \(BC's Children's Hospital\): Phiếu theo dõi liều dùng cho ống hít \(PDF. 129KB\)](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Bệnh hen suyễn ở trẻ em và COVID-19](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Tiểu đường Tuýp 1 và COVID-19: Trở lại trường học](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Khi con bạn bị ADHD: Đối phó trong thời gian diễn ra Đại dịch](#)
- [SickKids: Hỗ trợ con của bạn bị rối loạn phát triển thần kinh vượt qua cuộc khủng hoảng COVID-19](#)

An toàn

Tìm hiểu thêm về việc ngăn ngừa chấn thương trong thời gian diễn ra đại dịch.

- [Phòng tránh Chấn thương trong Thời gian Diễn ra COVID-19](#)
- [Hiệp hội Nhi khoa Canada \(Canadian Paediatric Society\): Ngăn ngừa chấn thương tại nhà trong thời gian diễn ra COVID-19](#)

Cập nhật gần nhất: Ngày 24 tháng 8 năm 2021

Thông tin được cung cấp phía trên đã được chỉnh sửa từ trang [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC \(BC Centre for Disease Control\): trang Thông tin về Xét nghiệm](#), trang [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Phát ban và phản ứng viêm](#), trang [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Em bé](#), trang [Bệnh viện Phụ nữ BC, Thông tin COVID-19 cho Bệnh nhân \(Câu hỏi Thường gặp\)](#), trang [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Trường học từ Mẫu giáo – Lớp 12 và COVID-19](#) và trang [Trung tâm Kiểm soát Dịch bệnh BC: Xét nghiệm COVID-19 cho Trẻ em và Thanh thiếu niên](#), truy cập vào tháng 8 năm 2021.

Để biết thêm về các chủ đề của các HealthLinkBC File, hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca/healthfiles hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương bạn. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., hãy truy cập trang www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số **8-1-1** (miễn phí). Để có sự giúp đỡ cho người điếc và lạng tai, hãy gọi số **7-1-1**. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.