

Begini Cara Merawat Anak Positif COVID-19 di Rumah



Realitarkyat.com - Virus Corona bisa menyerang siapa saja, tak terkecuali anak-anak. Bahkan, ada sebagian kasus di mana anak terbukti positif COVID-19 walau kedua orang tuanya negatif. Bagi orang tua yang memiliki anak positif COVID-19, bolehkah merawatnya di rumah dan bagaimana caranya? Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) atau virus Corona adalah virus yang menyerang sistem pernapasan. Pada anak-anak, penyakit ini bisa menimbulkan beberapa gejala, meliputi demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sakit kepala, hilangnya indra penciuman atau gangguan indra pengecap, serta sesak napas.

Selain itu, anak-anak yang terkena COVID-19 juga bisa mengalami diare atau gejala yang menyerupai pneumonia. Meski demikian, ada juga anak-anak dengan COVID-19 yang tidak mengalami gejala apa pun.

Syarat dan Ketentuan Isolasi Mandiri pada Anak

Ketika Si Kecil mulai menunjukkan gejala-gejala di atas, terlebih jika ia memiliki kontak erat dengan pasien COVID-19 dan hasil tes antigen atau PCR positif, maka Bunda atau Ayah tidak perlu panik berlebih, ya.

Bunda dan Ayah perlu tahu bahwa anak yang terinfeksi COVID-19 bisa melakukan isolasi mandiri di rumah, kok. Namun, hal ini tentunya dilakukan dengan syarat dan ketentuan yang berlaku.

Berdasarkan Ikatan Dokter Anak Indonesia atau IDAI, ada beberapa syarat untuk melakukan isolasi mandiri pada anak, yaitu:

- Anak mengalami COVID-19 tanpa gejala atau asimtomatik
- Anak mengalami COVID gejala ringan, seperti batuk, pilek, demam, diare, atau muntah, tetapi masih aktif dan bisa makan minum dengan lancar
- Anak bisa menerapkan etika batuk
- Kamar atau ruangan di rumah memiliki ventilasi yang baik

Tips Merawat Anak Positif COVID-19 di Rumah

Selain syarat dan ketentuan di atas, ada beberapa tips untuk orang tua bila ingin merawat anak positif Corona di rumah, antara lain:

1. Pastikan orang tua berisiko rendah terpapar virus Corona

Sebelum memutuskan untuk merawat anak dengan virus Corona, Bunda dan Ayah perlu memastikan kondisi kesehatan diri masing-masing terlebih dahulu.

IDAI memperbolehkan anak-anak melakukan isolasi mandiri di rumah, asalkan salah satu atau kedua orang tuanya dalam kondisi sehat dan tidak terpapar COVID-19 atau berisiko rendah terpapar penyakit tersebut.

Alasannya adalah agar Bunda dan Ayah bisa mengurus Si Kecil yang sedang berjuang untuk kembali sehat dengan aman. Jika Bunda atau Ayah ada yang terkena COVID-19, Si Kecil bisa dirawat oleh keluarga lain yang negatif COVID-19.

2. Selalu menggunakan masker

Saat merawat anak yang positif COVID-19, Bunda dan Ayah dianjurkan untuk selalu menggunakan masker. Agar lebih efektif untuk mencegah penularan virus Corona, Bunda dan Ayah bisa menggunakan masker dobel dengan masker bedah di lapisan pertama dan masker kain di lapisan kedua.

Jika anak telah berusia lebih dari 2 tahun, ajarkan ia untuk menggunakan masker saat berada di sekitar anggota keluarga yang sehat. Selain itu, jangan lupa berikan ia waktu istirahat tanpa masker. Penggunaan masker sangat penting dalam melindungi Ayah, Bunda, dan anggota keluarga lainnya dari penularan virus Corona.

3. Tidur di kasur terpisah

Bila Si Kecil sudah bisa tidur sendiri, Bunda dan Ayah bisa menggunakan kasur yang terpisah dengannya. Saat berada di kamar anak, jagalah jarak fisik minimal 2 meter antara tempat tidur Si Kecil dengan tempat tidur Ayah atau Bunda, ya.

Hal ini penting untuk mengurangi risiko penularan virus Corona dari percikan air liur yang dikeluarkan oleh Si Kecil saat tidur.

Namun, bila usia buah hati masih terlalu kecil atau di bawah 2 tahun dan tetap ingin tidur bersama Bunda atau Ayah, pastikan Bunda atau Ayah tetap menggunakan masker saat tidur, ya. Sementara itu, Si Kecil dianjurkan untuk melepaskan masker saat ia tidur. Hal ini penting untuk mencegah anak kesulitan bernapas ketika tidur.

4. Cuci tangan sebelum dan setelah menyentuh anak

Virus Corona sangat mudah menular melalui percikan dahak atau droplet dan tangan yang kotor. Oleh karena itu, Bunda dan Ayah harus mencuci tangan sebelum dan setelah menyentuh Si Kecil, terutama bila Bunda dan Ayah hendak menyentuh area wajahnya.

Selain itu, Bunda dan Ayah juga perlu selalu mengingatkan ia untuk rajin mencuci tangan. Hal ini penting guna mencegah penularan COVID-19 kepada orang lain.

5. Pantau gejala anak setiap hari

Selama merawat anak positif COVID-19 di rumah, Bunda dan Ayah perlu terus memantau gejala dan kondisinya setiap hari. Usahakan pula untuk melakukan pemeriksaan suhu tubuhnya menggunakan termometer 2 kali sehari saat pagi dan malam hari.

Selain itu jika memungkinkan, ukurlah saturasi oksigen dan frekuensi nadi Si Kecil dengan menggunakan oximeter. Hal ini penting untuk memastikan ia tidak mengalami penurunan saturasi

oksigen, termasuk happy hypoxia.

Agar tidak lupa, catatlah suhu dan kadar oksigen Si Kecil di buku catatan. Hal ini juga bisa memudahkan Bunda atau Ayah ketika hendak berkonsultasi dengan dokter via layanan telemedicine atau aplikasi kesehatan tertentu.

6. Beri dukungan psikologis

Bila anak sudah berusia lebih besar, berikanlah pengertian kepadanya tentang penyakit yang ia alami saat ini. Agar anak tidak merasa cemas dan ketakutan dengan virus Corona, Bunda dan Ayah tetap harus memberikan dukungan psikologis kepadanya.

Ucapkan kalimat-kalimat positif kepada anak, misalnya "Kamu pasti sembuh, yuk, semangat!".

Berikan juga pemahaman dan dukungan, agar ia mau minum obat dan suplemen yang direkomendasikan dokter. Bunda dan Ayah juga perlu mengajak anak untuk mengonsumsi makanan bergizi setiap hari, agar tubuhnya bisa lebih kuat melawan virus Corona.

Selain itu, ajaklah ia untuk tetap beraktivitas yang menyenangkan agar tidak bosan selama isolasi di rumah. Bunda bisa melakukan panggilan video dengan beberapa kerabat atau temannya agar ia tidak merasa kesepian.

Itulah syarat dan panduan merawat anak yang terkena COVID-19 di rumah. Dengan menerapkan tips-tips tersebut, Bunda dan Ayah bisa sama-sama memantau kondisi buah hati di rumah hingga kondisinya berangsur pulih.

Jika masih memiliki pertanyaan tentang tips dan cara merawat anak positif COVID-19, Bunda dan Ayah juga bisa berkonsultasi ke dokter via aplikasi kesehatan, seperti Alodokter.

Selama merawat anak positif COVID-19 di rumah, Bunda dan Ayah perlu waspada, jika ia mengalami gejala tertentu, seperti sesak napas, bibir dan kuku tampak kebiruan, lemas, tidak mau makan dan minum, atau jika anak menunjukkan tanda dehidrasi. Begitu pula jika saturasi oksigen anak berkurang hingga di bawah 94%.

Jika Si Kecil mengalami gejala-gejala tersebut atau kondisinya semakin buruk, segeralah bawa ia ke rumah sakit atau dokter terdekat untuk mendapatkan penanganan yang tepat. (*)

sumber: alodokter