



## 童心抗“疫”——疫下支援幼兒家長工作坊

疫情下提早放假，亦未能外出，為加強支援爸媽在家照顧幼兒，保良局幼兒服務準備了一系列既實用又全面之家長工作坊，內容包括染疫資訊及照顧、家長及幼兒情緒身心照顧、在家如何快樂溝通、提升幼兒大小肌能力等。  
希望在疫情下，能陪同各家長共同渡過，歡迎各爸媽一齊來參與！

### 護理篇：如何照顧染疫幼兒和/家人及「居家隔離」時的處理及注意事項 問與答

#### 1. 請問病毒存活在家裏可以有幾長？

- 根據美國國立衛生研究院的研究發現，新型冠狀病毒在硬紙板上存活的時間可達24小時，在塑料和不鏽鋼表面存活的時間可達2-3天。而最近日本京都府大學研究顯示，Omicron病毒存留在塑膠製品上的時間更長，平均為8.1天。
- 然而港大醫學院研究發現，只要使用1:99家用漂白水或70%乙醇（酒精）消毒物體表面，5分鐘內已能殺滅冠狀病毒，故此，只要勤清潔消毒家居物件表面或地板，相信可盡快殺滅病毒及保持環境衛生。

#### 2. 如果兒童在未知確診的情況下打了疫苗會有什麼影響嗎？

- 由於疫苗注射後約兩星期身體才會產生抗體，假如兒童正感染新冠肺炎時注射了新冠疫苗，有關疫苗並不能引發保護作用。
- 至根據衛生署資訊，科興的「克爾來福」疫苗屬滅活疫苗，方法是將病毒殺死製成疫苗，並把整個滅活(死亡)的病毒注射入人體內作為抗原，而BioNTech的「復必泰」是信使核糖核酸(mRNA)疫苗，用由脂肪造成的納米粒子包裹著新冠病毒的某一節信使核糖核酸(mRNA)，注射後，人體細胞會按信使核糖核酸的密碼生產新冠病毒的S蛋白作為抗原。故不論確診兒童注射那種新冠疫苗，都不會增加兒童體內的病毒量。

#### 3. 成人於確診後多久可打疫苗？

- 根據聯合科學委員會聯同專家顧問團建議，2019冠狀病毒病的康復者應接種兩劑新冠疫苗。
- 從未接種疫苗的康復者可在康復後最少90日接種第一劑復必泰疫苗，或最少180日後接種第一劑科興疫苗。
- 第二劑疫苗方面，現時建議他們可於接種第一劑最少180日後，接種第二劑復必泰，或科興疫苗。有個別需要的人士（例如離港外遊、工作環境有較高暴露風險和較易傳播新冠病毒人士）可於接種第一劑疫苗後最少90天接種第二劑疫苗。



## 童心抗“疫”——疫下支援幼兒家長工作坊

疫情下提早放假，亦未能外出，為加強支援爸媽在家照顧幼兒，保良局幼兒服務準備了一系列既實用又全面之家長工作坊，內容包括染疫資訊及照顧、家長及幼兒情緒身心照顧、在家如何快樂溝通、提升幼兒大小肌能力等。  
希望在疫情下，能陪同各家長共同渡過，歡迎各爸媽一齊來參與！

### 護理篇：如何照顧染疫幼兒和/家人及「居家隔離」時的處理及注意事項 問與答

#### 4. 染疫後是否有抗體？

- 自然感染Omicron和Delta可產生抗體不少於六至九個月。而根據英國公共衛生部 (PHE) 的研究顯示，大多數感染新冠病毒的人至少可以在5個月內避免再次感染該病毒。

#### 5. 請問有一種塞pat pat 的退燒藥，聽講很有效退燒，是嗎？通常幾歲大的小孩用？用時有甚麼要注意？

- 由於發問的家長未有提供藥名，故未能就藥效及用藥方便作回應。
- 但於一般情況下，如幼兒持續高燒39.5°C或以上，除了口服退燒藥以外，可使用醫生配方的退燒塞劑。口服退燒藥及塞劑藥不建議同時使用，並需注意兩者要間隔4-6小時使用。由於塞劑容易刺激小朋友的直腸或肛門，易有腹瀉體質或腸胃不適的幼兒，應避免使用。
- 根據歐洲藥品管理局 (EMA) 建議2歲或以下的嬰幼兒，應選用溶液劑/滴劑、泡騰劑、栓劑三種不同的塞劑藥物，而新生兒 (包括早產兒) 則首選使用栓劑型的塞劑。
- 至於使用肛門塞劑步驟：
  - 首先清潔雙手，將藥品包裝去除；
  - 讓孩童側躺，身體下方的腿伸直，身體上方的腿則向腹部彎曲；
  - 用手稍扳開身體上方的半邊臀部露出肛門；
  - 塞劑尖端朝前塞入肛門約2cm深；
  - 塞好之後再幫孩童的屁股兩半夾緊維持約10分鐘，以免因肛門的反射動作將塞劑擠出。



## 童心抗“疫”——疫下支援幼兒家長工作坊

疫情下提早放假，亦未能外出，為加強支援爸媽在家照顧幼兒，保良局幼兒服務準備了一系列既實用又全面之家長工作坊，內容包括染疫資訊及照顧、家長及幼兒情緒身心照顧、在家如何快樂溝通、提升幼兒大小肌能力等。  
希望在疫情下，能陪同各家長共同渡過，歡迎各爸媽一齊來參與！

### 護理篇：如何照顧染疫幼兒和/家人及「居家隔離」時的處理及注意事項 問與答

6. 間房予確診人士隔離，當他康復後，是否整間房的衣物傢俬全部都要清洗？  
另用作隔離的房間，應用什麼清潔用品來清潔房間，以確安全？
- 首先不同濃度的家用漂白水可以清潔消毒不同的地方，如：
    - ✓ 1:99 稀釋家用漂白水，可用於一般家居清潔及消毒
    - ✓ 1:49 稀釋家用漂白水，可用於被嘔吐物、排泄物或分泌物污染的表面或物品
    - ✓ 1:4 稀釋家用漂白水，可用於被血液濺溢污染的表面或物件
  - 凡被確診者接觸過的物件表面，建議用1:49稀釋家用漂白水消毒，如有任何嘔吐物更須用1:4 稀釋家用漂白水以達徹底消毒。
  - **消毒房間時注意事項：**
    1. 留意清潔前，負責清潔者需配帶好口罩、即棄手套、眼罩及即棄膠圍裙。
    2. 打開房間窗戶，確保空氣流通。
    3. 拆除被套及床單時，要以輕力，由內而外反轉的除掉方式，盡量避免直接接觸被單表面，並放入膠袋待處理。
    4. 其他電器，如風扇葉、隔塵網等，可拆除清洗
    5. 金屬表面(如門柄、門窗、扶手、電子儀器或手機...等。)，可用70%消毒酒精清潔消毒
  - 至於其餘房間或共用地方，如恆常有每天進行消毒清潔，則只需保持不鬆懈防疫措施便可。而於清潔隔離房間時，清潔者有機會用膠袋帶出污衣或隔離房的垃圾袋，完成後需隨即進行全地面拖地並消毒觸碰到的地方。

**\*\*大清潔消毒後，清潔者必須先潔手並除下口罩，隨即洗澡，穿上乾淨衣服，整個環境及個人都清潔好，自然更安心。**



## 童心抗“疫”——疫下支援幼兒家長工作坊

疫情下提早放假，亦未能外出，為加強支援爸媽在家照顧幼兒，保良局幼兒服務準備了一系列既實用又全面之家長工作坊，內容包括染疫資訊及照顧、家長及幼兒情緒身心照顧、在家如何快樂溝通、提升幼兒大小肌能力等。  
希望在疫情下，能陪同各家長共同渡過，歡迎各爸媽一齊來參與！

### 護理篇：如何照顧染疫幼兒和/家人及「居家隔離」時的處理及注意事項 問與答

#### 7. 打疫苗後副作用什麼時候會開始

- 接種第一劑後最常見副作用是注射部位感痛楚，隨後較常見的副作用是疲倦(21%)、頭痛(15%)、肌肉痛(11%)和關節痛(5%)。大多數人的症狀會在2天內消退。
- 如有嚴重過敏反應通常會在接種後幾分鐘至1小時內出現，嚴重過敏反應的症狀包括呼吸困難、臉和喉嚨腫脹、心跳過快、全身起嚴重的皮疹、頭暈和乏力。
- 如有過敏史的人應在接種疫苗前向家庭醫生或藥劑師作諮詢，並於接種疫苗後，至少觀察30分鐘，以確保安全。

#### 8. 打疫苗後幾日內如要檢測，是否會有假陽性？

- 根據衛生署資料所示，科興和復必泰疫苗不含會導致2019冠狀病毒病的活病毒。這些疫苗不會令你患上2019冠狀病毒病。疫苗接種後，人體通常需要一些時間來建立免疫力。如打疫苗後出現陽性，即意味着有可能在剛接種疫苗前或之後感染病毒而導致2019冠狀病毒病。
- 另科興和復必泰疫苗影響呼吸樣本的核酸或抗原測試結果的機會極微，唯兩種疫苗均有機會產生免疫反應，並於某些抗體測試中呈陽性反應。故此，假如在抗體測試中呈陽性反應，即表示你之前曾感染過病毒或曾接種有關疫苗，並且具有一定程度的保護力對抗病毒。

#### 9. 兒童應注射2針還是3針？

- 現時衛生防護中心建議所有12至17歲的青少年接種第三劑疫苗，並強烈建議免疫力弱的12至17歲青少年人接種第4劑疫苗。而12歲以下兒童，除免疫力弱人士外，現時不建議接種第三劑疫苗。



## 童心抗“疫”——疫下支援幼兒家長工作坊

疫情下提早放假，亦未能外出，為加強支援爸媽在家照顧幼兒，保良局幼兒服務準備了一系列既實用又全面之家長工作坊，內容包括染疫資訊及照顧、家長及幼兒情緒身心照顧、在家如何快樂溝通、提升幼兒大小肌能力等。  
希望在疫情下，能陪同各家長共同渡過，歡迎各爸媽一齊來參與！

### 護理篇：如何照顧染疫幼兒和/家人及「居家隔離」時的處理及注意事項 問與答

#### 10. 染病後是否可免一針不用打？

- 未曾接種或已接種1劑疫苗人士，可按其年齡及感染前曾接種的劑數，接種最多兩劑疫苗。已接種兩劑或以上疫苗人士，感染後則無須再次接種。
- 現時新冠肺炎康復者並未有迫切性接種第三劑疫苗，如康復者有個別需要接種第三劑疫苗，並取得相關醫生證明信，則可前往疫苗接種點，在場的醫護人員會按個別情況安排接種第三劑疫苗。



#### 11. 打3針後，是否仍然存在被感染風險？

- 疫苗可以預防重症，但不是100%讓我們不會被感染，而且打完疫苗之後，抗體效能會隨時間漸漸下降，如果只打一劑疫苗，預期在12週以後，其抗體就會下降，故建議在8-12週施打第二劑疫苗，以延長抗體存在的時間。
- 但即使打了兩劑疫苗，過了半年後其效果還是會下降。故請勿掉以輕心，雖然疫苗接種有一定的保護力，但最重要的仍是做好個人防疫措施。

#### 12. 確診後為何持續低燒？

- 根據衛生署資料，染疫兒童約發燒3-5天，大部份首兩日會比較高燒，第3、4天發燒會慢慢受控，如持續高燒或低燒，請諮詢家庭醫生。

#### 13. 成人打了兩針科興後再確診，預約打第三針復必泰需多久可以打？

- 衛生防護中心轄下聯合科學委員建議，除非免疫力較弱之康復者，否則若染疫前已接種兩劑新冠疫苗的康復者，康復後毋須再接種第三針疫苗。