

Korona virüs (KOVİD-19) – Kompleks Astım Ekibinden çocuklar, gençler ve aileler için bilgi

Özellikle çocuğunuzun astımı varsa, Korona virüs – ayrıca KOVİD -19 olarak da bilinen virüs hakkında endişelenebileceğinizi biliyoruz. Great Ormond Street Hastanesinin (GOSH)'de bulunan Kompleks Astım ekibinden bu bilgi sayfası bizim hizmetimizi kullanan çocuklara, gençlere tavsiyelerimizi ortaya koymaktadır. Lütfen bu bilgi sayfasını, korona virüs (KOVİD -19) hakkında gosh.nhs.uk/news/coronavirus-hub sitesinde genel bilgiler ile birlikte okuyunuz.

Bu bilgi Hükümetin kılavuzundan kaynaklanmaktadır. İngiliz Toraks Derneği (The British Thoracic Society) ve Astım İngiltere (Asthma UK) ve GOSH'un klinik ekibi tarafından onaylanmıştır.

COVID-19 çocukları etkiler mi?

Bugüne kadar elimizde olan kanıtlar, çocukların KOVİD-19 'a yakalanmalarına rağmen, çok az sayıda çocuğun KOVİD-19 ile ciddi bir enfeksiyona yakalanacağını ileri sürer.

Şu anda, şiddetli astımı olan çocukların KOVİD - 19'dan daha ciddi komplikasyonların gelişme riskinin daha yüksek olduğuna dair yayınlanmış bir kanıt bulunmamaktadır. Şiddetli astımı olan ve KOVİD -19 nedeniyle hastalanan kişiler, yerel hastanelerinin astım ekibi ile rahatsız olduklarını bildirmelidir.

Sosyal mesafe bırakma / uzaklaşma ve koruma

Lütfen sizin ve ailenizin sıkı el yıkama da dahil olmak üzere sosyal mesafe / uzaklaşma için tavsiyelere uyduğunuzdan, sadece temel ziyaretler için dışarı çıktığınızdan ve iki metre ayrı kaldığınızdan emin olun.

Siz veya çocuğunuz hükümetten koruma tavsiyelerini uygulamanız gerektiğini belirten bir mektup aldıysanız, bu tavsiyeleri lütfen dikkatle uygulayınız. Korunmak, sizin ve çocuğunuz için ne ifade ettiğini ne anlama geldiğini açıklamak için bazı özel kılavuzlar yazmış bulunuyoruz. Bunu gosh.nhs.uk/covid-19-and-vulnerable-children sitesinde bulabilirsiniz.

Astım İngiltere (Asthma UK) yakın zamanda bir kılavuz hazırlamış bulunuyor ve siz bunu www.asthma.org.uk/advice/triggers/coronavirus-covid-19/ sitesinde bulabilirsiniz.



Korona virüs salgını sırasında iyi olmak

İyi kontrollü astımı olan çocuklar için, KOVİD-19'a yakalanma veya KOVİD-19'a bağlı komplikasyon gelişme riskinin daha yüksek olduğunu söyleyen hiçbir kanıt yoktur.

Bu nedenle bu süre zarfında astımınızı mümkün olduğunca kontrol altında tutmak için bu kılavuzu takip etmenizi istiyoruz.

- **İlacınızı almaya devam ediniz.** Önleyici ilaçlarınızı her gün mutlaka almaya devam ediniz ve evde bir yedek ilaç da bulduğunuzdan emin olunuz. Bu ilaçları almamak astımınızı daha da kötüleştirebilir. Bu antihistaminler ve burun spreyleri gibi herhangi bir ilacı da içerir. Bu da mümkün olduğunca astımınızı kontrol altında tutmasına ve de bir astım atağını önlemek için yardımcı olacaktır. Şu anda içe çekilen kortikosteroid almanın KOVİD-19 olma riskini artırdığını belirten için hiçbir kanıt yoktur.
- **Ara parçayı / ara çubuğu kullanın.** Eğer ara parça / ara çubuk kullanıyorsanız ilacınız daha etkilidir. Ayrıca doğru tekniği kullandığınızdan da emin olmalısınız. Bu konuda emin değilseniz, bunu aşağıdaki siteden kontrol edebilirsiniz: www.asthma.org.uk/advice/inhaler-videos/ Ara parçayı / ara çubuğu düzenli olarak temizleyin ve herhangi bir aile üyeleri ile cihaz veya ilaç paylaşımı yapmayın. Temizlik talimatları, burada aşağıda belirtilen siteden izlenebilir: <https://www.asthma.org.uk/advice/inhalers-medicines-treatments/inhalers-and-spacers/spacers/#cleanspacer>
- **Astım eylem planınızı biliniz.** Bu size günlük almanız gereken ilaçları ve yükseltme planınızı söyleyecektir. Bu aynı zamanda tıbbi müdahale isteyebilen sizin tetikleyicilerinizi tespit etmeye ve endişe duyduğunuz semptomlar konusunda yardımcı olabilir.
- **Gıda Alerjileri.** Herhangi bir gıda alerjiniz varsa lütfen ilacınızın tarihi geçmemiş olduğundan ve

ilacı sizin BSCAI alerjinizin aksiyon planına göre uyguladığınızdan emin olun. Aşağıda uygulama tekniğini size hatırlatan bilgileri sitedeki uygun cihazı tuşlayarak bulabilirsiniz :

www.medicinesforchildren.org.uk/adrenaline-auto-injector-anaphylaxis-0

- **Solunum cihazını / inhalerinizi taşıyın.** Rahatlatıcı solunum cihazınızı / inhalerinizi (genellikle mavi-salbutamol) ve ara parçayı / ara çubuğu her zaman yanınızda taşıyın ve bir yedek de olduğundan emin olun.
- **Tetikleyicileri azaltın.** Astım krizine neden olabilecek tetikleyicileri azaltmak için gerekli tüm tedbirleri alın.
- **Semptomlarınızı kontrol edin.** Semptomlarınızı izleyin ve bunu nasıl tedavi etmenizi bilin. Bir semptom günlüğü tutabilirsiniz ve uygunsa en yüksek akış puanlarınızı da dahil ediniz.
- **Gerekirse tavsiyeye başvurun.** Astım semptomlarınız kötüleşiyorsa ve salbutamol inhalerinizi / solunum cihazınızı her zamankinden daha fazla kullanıyorsanız lütfen telefon veya online vasıtası ile aile doktoru (GP) veya astım ekibinden tavsiyeye başvurunuz. Çocuğunuzun durumu daha kötü olup oral steroid almasını gerektiriyorsa ve bu konuda endişe duyuyorsanız lütfen telefon veya online vasıtası ile aile doktoru (GP) veya astım ekibinden tavsiyeye başvurunuz.
- **Acil bir durumda karşısında.** Her zaman yaptığınız gibi 999'u arayın.

Alternatif klinik randevusu almalı mıyız?

GOSH'da şu an mümkün olan her yerde yüz yüze randevu ihtiyacını ortadan kaldırmak istiyor.

Çocuğunuzun yaklaşan bir klinik randevusu varsa, bu randevunun telefon ile gerçekleştirilebilir miyiz diye sizin ile görüşmek için irtibata geçeceğiz.



Ek bilgi ve destek için

Siz Kompleks Astım Ekibi ile temasa geçmeniz gerekiyorsa kendilerini 020 7405 9200 iç hat 5914 veya 07740 545 041 arayabilirsiniz veya gos-tr.complexasthma@nhs.net adresine e-posta gönderiniz.

nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/ sitesinde NHS'den bilgi

Çocuklar için bilgiler BBC Newsround web sitesinde www.bbc.co.uk/newsround adresinde mevcuttur.

