

Viral Illness in children (Simplified Chinese)

# 儿童病毒性疾病

病毒（病菌）是儿童生病最常见的原因。病毒导致感染，如普通感冒、支气管炎、扁桃体炎、耳部感染和流感。即使是健康的儿童每年也可能患上多达12种病毒性疾病。

病毒很容易在家庭内部和儿童之间传播。大多数儿童会在一周内完全康复。



## 信号和症状

发烧（体温高于38° C）是最常见的症状，但孩子也可能出现以下情况：



流鼻涕或鼻塞



进食或饮水减少



咳嗽或打很多喷嚏



呕吐和/或腹泻



感到非常疲劳



皮疹

## 治疗方法

病毒不能用抗生素治疗。最好的治疗方法是在家休息，让孩子的免疫系统对抗病毒。

以下措施可以让孩子感觉更舒服：

- 给孩子服用扑热息痛（Panadol或Dymadon）或布洛芬（Nurofen）来控制发烧。请按照药瓶或包装上的说明，使用正确的剂量。
- 给孩子喝牛奶或苹果汁等含糖液体（小口喝多喝几次可能有帮助）
- 鼓励孩子休息
- 让孩子待在家里，不去学校或托儿所，直到停止发烧并且身体感觉正常。

如需非紧急的医疗建议，请致电13 HEALTH (13 43 25 84)与注册护士通话，每周7天、每天24小时在线，费用为本地电话费。



如果您有需要，请要求安排口译员。



## 阻止传播

病毒可以通过口鼻的微小飞沫（打喷嚏、咳嗽、流鼻涕），以及通过呕吐物或粪便在人与人之间传播，特别是在某人腹泻时。

您可以通过良好的卫生措施帮助减少病毒的传播，这包括：

- 勤洗手
- 不共用杯子或餐具
- 鼓励孩子对着自己的肘部咳嗽或打喷嚏
- 用纸巾代替手帕 — 教孩子用完纸巾后立即扔进垃圾桶，然后洗手。

如果您的孩子因病毒而生病，让他们待在家里，不要去托儿所、幼儿园或学校，直到他们恢复健康。

## 何时去看医生

如果有以下情况，请去看全科医生：

- 您的孩子有任何病毒性疾病的症状或信号。医生通常可以通过观察孩子诊断出病毒性疾病。不需要做检查。

如果孩子有以下情况，请带他们到离您最近的医院急诊科：

- 小于3个月并且发烧
- 变得非常嗜睡，难以醒来
- 喝水少于他们平时量的一半
- 每天小便少于两次
- 呼吸非常急促或您担心他们的呼吸情况
- 在被诊断为病毒性感染后回家，而且他们的症状越来越严重。

昆士兰儿童医院（Queensland Children's Hospital）急诊科编写。我们感谢顾客和照顾者的贡献。

**Resource ID:** FS351. **Reviewed:** July 2022

**免责声明：**本资料由医护人员制作，仅作为指南，旨在支持而非取代与您孩子的医生或医护人员的讨论。信息会定期更新，因此请检查您所参考的是最新的版本。如果您孩子的健康有疑问，请酌情寻求医疗建议。