

COVID-19 確診個案，居家照護期間警示症狀評估與注意事項

大部分的 COVID-19 感染者症狀輕微，休養後即可自行康復，為了將醫療資源留給重症患者，請留在家中不要離開，部分可能有較高重症風險的病人則請在家等待衛生單位通知。病人在居家照護期間，請補充水分、盡量臥床休息，並務必觀察自身症狀變化。

若出現以下警示症狀時，請立即聯繫 119、或依衛生局規劃或指示，以防疫車隊、同住親友接送或自行前往就醫。

- 喘或呼吸困難
- 持續胸痛、胸悶
- 意識不清
- 皮膚、或嘴唇、或指甲床發青
- 無發燒 (體溫 < 38°C) 之情形下，心跳 > 100 次/分鐘
- 無法進食、喝水或服藥
- 過去 24 小時無尿或尿量顯著減少

遠距醫療

居家照護期間如有醫療諮詢需求，可以手機 APP 下載「健康益友」或衛生局提供之電話專線聯繫遠距醫療或居家照護醫療團隊評估，並按醫囑使用下列藥物以舒緩您的不適。

1. 解熱鎮痛藥物, 如: 普拿疼(成人一次一錠(500 毫克)，兒童使用含普拿疼之藥水依體重建議劑量服用，每四到六小時服用一次)，可緩解發燒、頭痛、牙齒痛、經痛、肌肉痠痛、關節痛。
2. 抗組織胺藥物: 舒緩打噴嚏、流鼻水、眼鼻皮膚過敏。常見嗜睡、頭暈口乾等副作用; 長者使用要預防跌倒發生。新一代的抗組織胺則改善了嗜睡、疲倦、注意力下降等副作用。
3. 腸胃藥物: 如: 胃藥、止瀉藥, 可舒緩腹痛、腹瀉。腹瀉個案請補充水分和電解質，可以使用運動飲料加入開水稀釋，以及稀飯，土司，香蕉等清淡飲食。
4. 止咳藥物：減緩咳嗽症狀、祛痰。

其他注意事項

照顧者和病人都請盡量不要與其他家人接觸，相關防護措施請參考「[我該如何照顧家中的 COVID-19 確診病患?](#)」