

ISOLASI MANDIRI PADA ANAK



Sumber: Nina Dwi Putri. Isoman vs COVID-19 dan
Cara Isolasi Mandiri Anak FKUI/RSCM



JANGAN PANIK, TETAP DUKUNG ANAK



Tenangkan anak. Jelaskan kenapa anak harus isolasi: agar menjaga orang lain tetap sehat.

Orang tua boleh mengasuh anak, namun bila orang tua negatif: usahakan hindari paparan air liur dan cairan tubuh lain: hindari mencium.

Jika anak sudah mandiri, carikan aktivitas yang dapat dikerjakannya sendiri.

Jika di rumah terdapat balkon/teras, lakukan aktivitas di luar ruangan untuk mengganti suasana.





SIAPA YANG SEBAIKNYA MERAWAT ANAK?

**1**

Orang tua/pengasuh risiko rendah untuk bergejala berat COVID-19 (risiko tinggi: lansia, atau orang dengan komorbid).

2

Jika orang tua positif namun anak negatif, mungkin anak masih dalam masa inkubasi. Hindari, menitipkan anak kepada pengasuh dengan risiko tinggi.

3

Orang tua/pengasuh yang negatif namun mengasuh anak, harus melakukan isolasi/karantina setelah anak selesai isolasi.

4

Jika memungkinkan: cukup satu orang tua/pengasuh saja yang mengasuh anak.



PROTOKOL KESEHATAN DI RUMAH

1 Tentukan zona pasien: pisahkan dengan zona bersih di rumah, meliputi kamar tidur, kamar mandi dan arena bermain anak; bila tidak memungkinkan zona terpisah upayakan jarak minimal 1 meter dengan anak yang sakit.

2 Upayakan ventilasi yang baik untuk pergantian udara

3 Bila harus memakai kamar mandi bersama, upayakan anak yang positif memakai paling akhir dan beri jarak dengan pemakai kamar mandi berikutnya.

4 Anak usia 2 tahun ke atas/yang sudah pandai menggunakan masker: dianjurkan memakai masker **DENGAN TEPAT**.

5 Berikan "istirahat masker" apabila anak di ruang sendiri.

6 Masker tidak perlu digunakan pada anak kecil saat tidur.



Jakarta
kota kolaborasi



7 Pengasuh di ruang yang sama **harus selalu menggunakan masker dan pelindung mata, sarung tangan sekali pakai dan celemek sekali pakai/baju luar yang dapat dicuci.**

8 Pengasuh mencuci tangan setiap sebelum dan sesudah berinteraksi dengan anak.

9 Tetap sedapat mungkin **menjaga jarak (termasuk saat tidur),** terutama bila pengasuh negatif.

10 Buang masker dan sarung tangan di tempat plastik khusus dan buang di tempat sampah berbeda.

11 Bila orang tua/pengasuh harus merawat anak lain yang negatif: **mandi dan ganti baju dahulu.**

12 Cuci pakaian anak dan baju luar pengasuh secara terpisah dengan air hangat dan deterjen.

13 Jangan makan makanan sisa anak atau dengan makan dengan alat makan anak.

14 Pengasuh juga **menjaga kesehatan dan minum suplemen.**





PEMANTAUAN YANG HARUS DILAKUKAN



Suhu (ukur dengan termometer), suhu normal 36-37,5°C.



Laju napas, hitung tarikan napas selama 1 menit penuh. Nilai normal:

- Bayi < 2 bulan: <60x/menit
- 2-11 bulan: <50x/menit
- 1-5 tahun: <40x/menit
- >5 tahun: <30x/menit



Saturasi oksigen (ukur dengan oksimetri): normal 95% atau lebih.



Asupan makanan: berikan tinggi gizi dan vitamin.



Aktivitas anak.



Tanda-tanda dehidrasi (terutama bila anak sulit makan/minum).





Gejala-gejala lain yang dialami anak, misalnya apakah batuk bertambah, gangguan penciuman, pendengaran, muntah atau diare.



Lakukan pemantauan 2x/hari [pagi-sore] dan lakukan pencatatan [contoh tabel lihat di bawah].

Pemantauan	27 Juni 2021 [pagi]	27 Juni 2021 [sore]	28 Juni 2021
Suhu	36.7	37	
Laju Napas	24	28	
Saturasi Oksigen	98-99	97-98	
Asupan makanan	Habis ½ porsi	Habis ½ porsi	
Aktivitas Anak	Main biasa	Mau main	
Tanda dehidrasi	BAK 4x	BAK 3x	
Gejala Lain <ul style="list-style-type: none"> • Batuk • Penciuman • Pendengaran • Muntah • Diare • Lain-lain 	Tidak Agar berkurang Biasa Tidak ada 1x agak cair -	Sedikit Sama Biasa Tidak ada Tidak ada -	



Komunikasikan pemantauan dengan tenaga medis, terutama bila kondisi di luar nilai normal.



TANDA BAHAYA/ PERHATIAN KHUSUS!



Anak banyak tidur/kesadaran menurun.



Napas cepat.



Cekungan di dada, hidung kembang kempis.



Saturasi oksigen <95%.



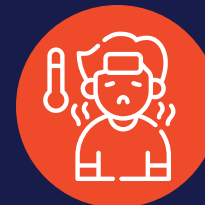
Muntah mencret dan tidak masuk asupan.



Tanda dehidrasi.



Kejang.



Demam terus menerus disertai mata merah, ruam dan leher bengkak.



Anak dengan penyakit penyerta/penyakit kronik.



**SEGERA KE DOKTER ATAU
FASILITAS KESEHATAN YANG
MENANGANI COVID-19.**



Jakarta
kota kolaborasi