



Date: 10/23/2009

To: All School Staff and Parents of Students

Re: Increasing Influenza Activity

Influenza season has begun earlier than usual this fall in Tarrant County. Cases of influenza are on the rise and expected to increase as we move into the influenza, or flu, season. As expected with influenza increasingly circulating in our community, cases of influenza-like illnesses may be increasingly reported in students and staff. The number of patients presenting to area emergency departments and primary physicians with complaints of influenza-like illnesses continue to increase. About 60 percent of these patients are between the ages of 5 and 24 years. However, of those hospitalized, about three-fourths of these patients had an identified underlying high-risk condition for severe disease.

As in past influenza seasons, the health and safety of all children are a priority for each school community. Since flu can spread easily from person to person, we need your help to prevent cases of flu in students and staff. It is important for all staff, students and families to take the following precautions at this time:

- Monitor the health of your child and all other household members closely by **checking for fever and other flu symptoms every morning**. Symptoms of flu usually include fever with cough or sore throat and sometimes runny nose, body aches, headache, vomiting or diarrhea.
- **Staff and children with symptoms of the flu should stay at home.** Keeping sick students at home is the best way to keep flu from spreading to other students and staff. As much as possible, sick children should be cared for by a single designated caregiver, kept in a separate room in the house and have limited contact with other household members who are not sick. **Children with symptoms of flu should not return to school until they no longer have fever for at least 24 hours without the use of fever-reducing medications. A doctor's note is NOT required in order for your child to return to school.** Please notify the school on the morning of absence if your child is absent.
- **Testing for flu and treatment with antiviral medications is NOT needed for most children** over two years of age without underlying medical conditions who have mild flu illness. Ill children should be encouraged to drink plenty of clear fluids to keep from becoming dehydrated. Do not give any medicines containing aspirin to your child. *Contact a healthcare provider and seek medical care **immediately** if your child is having difficulty breathing or chest pain, has altered mental status or confusion, is vomiting and unable to keep liquids down, or is getting worse.*
- **Recognize whether your child or any household member is at high risk for severe illness from flu.** *People at higher risk for flu complications include children under the age of two years, pregnant women, people of any age who have chronic medical conditions (such as **asthma**, diabetes, cancer or heart disease), and people age 65 years and older.* If any **high risk** person or their household members become sick with flu-like symptoms, please contact your doctor as soon as possible to ask for advice about antiviral medications.
- **Remind all household members to wash their hands** thoroughly with soap and water or to use hand sanitizer regularly. Continue to teach children to cover their cough with their elbow or sleeve and to avoid touching their face.
- **Have all eligible household members vaccinated** for seasonal flu and 2009 H1N1 flu as soon as possible.

The AISD continues to be proactive in separating students and staff who appear to have flu-like illnesses and cleaning areas that students and staff touch often. At this time, parents should not take well children without underlying medical conditions out of school. Influenza epidemics evolve in unpredictable ways. Schools are currently closely following their percentages of absenteeism. It is not necessary or recommended to count numbers of persons with positive flu tests in a school. Be aware that if the situation becomes more severe, the school will notify you if there are any additional steps that the school will be taking to prevent the spread of flu.

More information on how to take care of a sick child is available at www.cdc.gov/h1n1flu/guidance_homecare.htm. For more information about flu, call 1-800-CDC-INFO or visit www.flu.gov.

Fecha: 10/23/2009

A: Todo el Personal y Padres de Estudiantes

Re: Actividad creciente de la Influenza (Gripe)

La temporada de la influenza (gripe) ha empezado antes de lo normal este otoño en el Condado de Tarrant. Los casos de influenza están aumentando y se espera que aumenten aún más. Como es de esperarse con la circulación rápida de la influenza en nuestra comunidad, los casos de enfermedades como influenza se reportarán aún más en el personal y en los estudiantes. El número de pacientes que se presentan en las clínicas de emergencia y médicos del área con síntomas de influenza continúa aumentando. Más del 60 por ciento de estos pacientes está entre las edades de 5 y 24 años. Sin embargo, más de tres cuartas partes de los pacientes hospitalizados han sido considerados como de alto riesgo de enfermedad severa.

Como en las temporadas de la influenza pasadas, la salud y seguridad de todos los niños es una prioridad para la comunidad escolar. Puesto que la gripe puede contagiarse fácilmente de persona a persona, nosotros necesitamos su ayuda para prevenir casos de gripe en estudiantes y personal. Es importante para todo el personal, estudiantes y familias tomar las precauciones siguientes en este momento:

- Observar la salud de su niño y de todos los otros miembros de la casa estrechamente, **especialmente si hay fiebre y otros síntomas de gripe, todas las mañanas**. Los síntomas de gripe normalmente incluyen fiebre con tos o dolor de garganta y a veces la nariz "suelta", cuerpo quebrado, dolor de cabeza, vomito o diarrea.
- **El personal y los estudiantes con síntomas de la gripe deben quedarse en casa**. Dejando a los estudiantes enfermos en casa, es la mejor manera de impedir que la gripe se extienda a otros estudiantes y personal. Tanto como sea posible, los niños enfermos deben cuidarse por una sola persona designada, dejándolo en un cuarto separado en la casa, y limitando el contacto con otros miembros de la casa que no están enfermos. Los niños con síntomas de gripe no deben volver a la escuela hasta que ellos ya no tengan fiebre durante, por lo menos 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. **NO se requiere una nota de un doctor para que su niño vuelva a la escuela**. Por favor notifique a la escuela en la mañana sobre la ausencia, si su niño estará ausente.
- Las pruebas para la gripe y tratamiento con medicaciones antivirales no se necesitan en la mayoría de los niños de más de dos años de edad sin estar bajo condiciones médicas, y que tienen enfermedad de la gripe benigna. Deben animar a los niños enfermos a que beban líquidos ligeros suficientes para evitar que se deshidraten. No les dé a los niños ninguna medicina que contenga aspirina a su niño. Avise a un proveedor de cuidado para la salud, y busque a un médico **Inmediatamente** si su niño está teniendo dificultad con respirar o dolor del pecho, ha alterado su estado mental o tiene confusión, está vomitando y es incapaz de controlar líquidos, o está poniéndose peor.
- **Esté al pendiente si su niño o cualquier miembro de la casa está en alto riesgo de enfermedad severa o de la gripe**. Las personas con el riesgo más alto para las complicaciones de la gripe incluyen a los niños menores de dos años, mujeres embarazadas, personas de cualquier edad que tiene condiciones médicas crónicas (como asma, diabetes, cáncer o enfermedad del corazón), y las personas de 65 años y mayores. Si alguna persona de **alto riesgo** o los miembros de su casa caen enfermos con síntomas de gripe, por favor avise a su doctor lo más pronto posible para pedir consejo sobre las medicaciones antivirales.
- Recuérdelos a todos los miembros de la casa que laven sus manos completamente con jabón y agua o usar líquidos sanitarios de manos regularmente. Continúe enseñándoles a los niños a cubrir su tos con su codo o manga y evitar tocar su cara.
- Haga que todos los miembros de la casa elegibles, se vacunen lo más pronto posible para la temporada de gripe de 2009 y la H1N1 influenza.

El AISD continúa siendo proactivo en separar a los estudiantes y personal que parecen tener enfermedades semejantes a la gripe, limpiando las áreas que los estudiantes y el personal tocan a menudo. En este momento, los padres no deben tomar bien a los niños que están bajo de las condiciones médicas y sacarlos de la escuela. Las epidemias de la influenza evolucionan de maneras imprevisibles. Las escuelas están observando actualmente muy estrechamente los porcentajes de absentismo. No es necesario ni recomendado contar números de personas con pruebas positivas de gripe en una escuela. Esté consciente que si la situación se pone más severa, la escuela le notificará si hay algún paso adicional que la escuela estará tomando para prevenir la andancia de gripe.

Más información de cómo cuidar de un niño enfermo, está disponible en: www.cdc.gov/h1n1flu/guidance_homecare.htm. Para más información sobre la gripe, llame al: 1-800-CDC-INFO o visite www.flu.gov.

Ngày: 23/10/09

Gửi Đến: Tất cả Nhân Viên Trường và Những Phụ Huynh của Các Học Sinh

Về Vấn Đề: Hoạt Động Bệnh Cúm Tăng Dần

Mùa bệnh cúm đã bắt đầu sớm hơn thường lệ của mùa thu năm nay trong Quận Tarrant. Những trường hợp của bệnh cúm đang tăng lên và chắc rằng ngày càng tăng thêm trong thời gian chúng ta chuyển vào mùa cảm hoặc cúm. Như đã nghĩ, với bệnh cúm lan tràn trong cộng đồng của chúng ta, những trường hợp giống như cúm có thể tăng sự thông báo của những học sinh và các nhân viên. Số những bệnh nhân trong khu vực của các cơ quan cấp cứu và các văn phòng bác sỹ gia đình với sự than phiền bị bệnh có những triệu chứng giống cảm cúm liên tục tăng lên. Khoảng chừng 60 phần trăm của những bệnh nhân này trong từ 5 đến 24 tuổi. Tuy nhiên, trong số những người nằm nhà thương, khoảng chừng ba phần tư bệnh nhân này được xác định đã có một bệnh cơ bản với tình trạng thật rủi ro và rất trầm trọng.

Như những mùa cúm đã qua, sức khoẻ và sự an toàn cho tất cả các trẻ em là một ưu tiên cho mỗi cộng đồng trường. Một khi bệnh cúm có thể lan truyền dễ dàng từ người đến người, chúng tôi cần sự giúp đỡ của các bạn để ngăn ngừa những trường hợp của bệnh cúm trong những học sinh và nhân viên. Điều quan trọng cho tất cả nhân viên, những học sinh và các gia đình cần để phòng và như sau

- Theo dõi chặt chẽ sức khoẻ của con mình và những người trong gia đình bằng cách **kiểm soát sốt nóng và những triệu chứng cảm cúm mỗi buổi sáng**. Những triệu chứng cúm thường bao gồm với ho hoặc đau rất cổ và đôi khi chảy mũi, đau nhức mình, nhức đầu, ớn lạnh hoặc tiêu chảy.
- **Nhân viên và trẻ em với những triệu chứng của cúm nên ở nhà**. Giữ những học sinh bệnh ở nhà là một điều tốt nhất để tránh bệnh cúm lan tràn đến những học sinh và nhân viên khác. Càng nhiều càng tốt, trẻ em bị bệnh cần được chăm sóc bởi một người duy nhất, giữ trong một phòng riêng biệt trong nhà và giới hạn sự liên hệ với các người khác không bị bệnh trong gia đình. **Những trẻ em với triệu chứng cúm không nên trở về trường cho đến khi chúng em không còn bị sốt ít nhất 24 giờ mà không sử dụng những thuốc giảm sốt. Sẽ KHÔNG cần giấy bác sỹ để con em trở về trường học**. Xin báo cho trường học biết vào buổi sáng của ngày vắng mặt nếu con em nghỉ học.
- **Phần lớn không cần thử nghiệm và điều trị với những thuốc chống bệnh cúm** cho những em trên hai tuổi bị cúm nhẹ khi không có những tình trạng của bệnh cơ bản. Những trẻ em bị bệnh nên được khuyến khích uống nhiều loại nước trong để tránh không đưa đến sự thiếu nước. ĐỪNG cho con em uống bất cứ loại thuốc nào chứa đựng aspirin. *Liên lạc ngay lập tức với những dịch vụ chăm sóc sức khoẻ để được điều trị nếu con em bị khó thở hoặc đau ngực, thay đổi tình trạng tâm thần hoặc rối loạn, bị ói mửa và không thể giữ chất lỏng khi uống vào hoặc tình trạng tê hơn.*
- **Nhận biết con em hoặc người trong gia đình có thể bị bệnh trầm trọng từ bệnh cúm hay không**. Những người dễ bị trở ngại lúc cúm gồm có những trẻ em dưới hai tuổi, phụ nữ đang mang thai, những người bất cứ tuổi nào mà có những tình trạng sức khoẻ kinh niên (như **suyễn**, tiểu đường, ung thư hoặc bệnh tim), và những người 65 tuổi hoặc cao hơn. Nếu bất kỳ người nào có **nguy cơ cao** hoặc các thành viên trong gia đình của họ trở thành bệnh với các triệu chứng giống như cúm, xin vui lòng liên hệ với bác sĩ của mình càng sớm càng tốt để yêu cầu tư vấn về thuốc kháng cảm cúm.
- **Nhắc nhở tất cả những người trong gia đình phải rửa tay** với xà bông và nước thật sạch hoặc dùng thuốc khử trùng tay thường xuyên. Tiếp tục dạy trẻ em khi họ phải che bằng khuỷu tay hoặc cánh tay áo và tránh rờ trên khuôn mặt.
- **Cho tất cả người thích hợp trong gia đình chích ngừa** càng sớm càng tốt cho mùa cúm và cúm 2009 H1N1.

AISD sẽ tiếp tục nỗ lực về việc tách rời những học sinh và các nhân viên có dấu hiệu bệnh như cảm cúm và lau chùi sạch những nơi mà các học sinh và nhân viên đã chạm đến. Trong thời gian này, phụ huynh không nên đưa con khỏe mạnh ra khỏi trường học nếu không có những tình trạng của bệnh cơ bản. Dịch bệnh cúm tiến triển theo những cách không thể đoán trước. Hiện nay các trường học theo dõi sự vắng mặt của họ rất chặt chẽ. Việc đếm số người được xét nghiệm có bệnh cúm không cần thiết hay khuyến khích trong trường học. Xin để ý rằng nếu tình hình trở nên trầm trọng, nhà trường sẽ thông báo cho bạn nếu nhà trường sử dụng bất kỳ phương pháp nào để ngăn chặn sự lan truyền của bệnh cúm.

Biết thêm tài liệu về cách nào săn sóc cho trẻ em bị bệnh có sẵn tại www.cdc.gov/h1n1flu/guidance_homecare.htm. Để có thêm tài liệu về bệnh cúm, xin gọi 1-800-CDC-INFO hoặc thăm viếng www.flu.gov.