

Date:

Dear Parent or Guardian:

This letter is to provide you information about a flu outbreak at the Early Childhood Center is experiencing. To prevent widespread flu in the school we recommend that your child stay home from school if experiencing flu or cold symptoms. To decide whether or not to send your child to school, please consider the following guidelines.

Definitely keep your child at home for treatment and observation if he or she has any of these symptoms:

- Fever- greater than 100°F your child should stay home until at least 48 hours after they no longer have a fever. This should be determined without the use of fever-reducing medicines (any medicine that contains ibuprofen or acetaminophen).
- Vomiting (even once)
- Diarrhea
- Chills
- General malaise or feelings of fatigue, discomfort, weakness, or muscle aches
- Frequent congested (wet) or croup cough
- Lots of nasal congestion with frequent blowing of nose

To help prevent the flu and other colds, teach your children good hygiene habits:

- Wash hands frequently
- Do not touch eyes, nose or mouth
- Cover mouth and nose when sneezing or coughing. Using a paper tissue, throw it away, and then wash hands
- Avoid close contact with people who are sick

Colds and influenza are the most contagious during the first 48 hours. A child who has a fever should remain at home until they are “fever free” for a minimum of 24 hours. Often when a child awakens with vague complaints (the way colds and flu begin), it is wise to observe your child at home for an hour or two before deciding whether or not to bring them to school. Your child should be physically able to participate in all school activities on return to school. Keeping a sick child at home will help minimize the spread of infections and viruses in the classroom.

It is recommended everyone 6 months of age and older get a seasonal flu vaccine each year. You need this season’s influenza vaccine to protect against the influenza viruses most likely to circulate this year and cause illness this season.

Thank you in advance for helping this school be as healthy as possible.

Sincerely,
Cyndle Sinclair RN, BSN
Montrose County School District Nurse

Fecha:

Estimado Padre o Tutor:

Esta carta es para informarle sobre un brote de gripe que la escuela _____ está experimentando. Para prevenir la propagación de gripe en la escuela recomendamos que su hijo se queda en casa si está sintiendo síntomas de gripe o resfriado. Para ayudarlo decidir mandar a su hijo a clase o mantenerle en hogar, favor de consultar las siguientes pautas.

Definitivamente mantenga a su hijo en hogar para recibir tratamiento o ser observado si está experimentando los siguientes síntomas:

- Fiebre – encima de 100°F su hijo debería quedarse en casa hasta cuando menos 48 horas después de que se quita la fiebre. Esto se debería ser determinado sin el uso de medicina para reducir la fiebre (cualquier medicina que contiene ibuprofeno o acetaminofén).
- Vómito (aunque sea una vez)
- Diarrea
- Escalofríos
- Sensación de malestar o cansancio, debilidad, o dolores musculares
- Congestión frecuente o crup
- Mucha congestión de la nariz con mucho sonarse la nariz

Para prevenir la gripe y resfriado, enseñe a su hijo buenos hábitos de higiene:

- Lavar las manos frecuentemente
- NO tocar los ojos, la nariz o la boca
- Cubrir la boca y la nariz cuando estornudar o toser. Usar un Kleenex, tirarlo, lavar manos
- Evitar el contacto cercano con la gente que está enferma

Resfriado y gripe son lo más contagiosos durante los primeros 48 horas. Un niño con fiebre debería quedarse en hogar hasta que esta “libre de fiebre” para cuando menos 24 horas. Muchas veces cuando un niño amanece con síntomas vagos (así empiezan los resfriados y la gripe), es aconsejable observar el niño en hogar para una o dos horas antes de decidir si llevarlo a clase. Su hijo debería poder participar físicamente en todas las actividades escolares cuando regresa. Mantener a un hijo enfermo en hogar ayuda reducir la propagación de infecciones y virus en las clases.

Se le recomienda que todas las personas de 6 meses de edad y encima reciban la vacuna antigripal cada año. Se necesita la vacuna antigripal de esta temporada para protegerse contra los virus que probablemente circulen y causan enfermedad en esta temporada.

Le agradecemos su ayuda en mantener esta escuela lo más saludable posible.

Atentamente,
Cyndle Sinclair RN, BSN
Montrose County School District Nurse