

Glendale Unified School District
Health Services
223 N. Jackson Street
Glendale, California 91206
(818) 241-3111 ext. 407

September 14, 2009

Dear Parents and Guardians,

As flu season approaches Glendale Unified School District is working with the Los Angeles County Public Health Department as well as the Los Angeles County Office of Education to ensure the health and safety of students, staff and the general community. As you may have read or heard in the news media, there are a growing number of cases of the seasonal influenza. This is accompanied by continuing cases of the pandemic H1N1 (swine) flu.

The basic ideas still work for both types of flu and following are recommendations from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

- Stay home when sick. Do not send sick children to school. Flu symptoms may include fever, cough, sore throat, muscle aches and sometimes runny nose and sneezing. Those with flu like symptoms should stay home for at least 24 hours after they no longer have a fever without the use of fever-reducing medicine.
- Teach children to wash their hands frequently with soap and water when available, especially before eating and after using the restroom. Hand sanitizer will be available at school sites. Ask your child's teacher if you have concerns.
- Teach children to cover their coughs and sneezes with tissues and throw them into the trash, or by coughing into their elbow.
- Teach children to stay away from others who are sick.

Immunizations for seasonal flu will be available from the health department as well as a variety of clinics and physicians, for both children and adults. When a vaccine becomes available for the H1N1 flu it may be offered as well.

If you have questions, please contact your health care provider. You can also get more information from the Los Angeles County Department of Public Health by going to their website <http://www.publichealth.lacounty.gov>. Other resources include www.pandemicflu.gov, www.cdc.gov/swineflu

Sincerely,

Lynda A. Burlison, RN, BSN, MA Ed.
Health Services Coordinator

Գլենդեյլի հանրային դպրոցների կրթաշրջան
Առողջապահական ծառայություններ

223 N. Jackson Street
Glendale, California 91206
(818) 241-3111 ext. 407

Սեպտեմբեր 14, 2009

Յարգելի ծնողներ և խնամակալներ,

Քանի որ մոտենում է գրիպի սեզոնը, Գլենդեյլի հանրային դպրոցների կրթաշրջանն աշխատում է Լոս Անջելոս քաղաքի հանրային առողջապահության և ուսումնական բաժանմունքների հետ ապահովելու աշակերտության, աշխատակազմի և ընդհանուր համայնքի առողջութիւնն ու անվտանգութիւնը: Ինչպէս հաւանաբար կարդացել կամ լսել է՝ լրատական աղբիւրներից, գրիպի սեզոնային իրադէպերն աստիճանաբար շատանում են: Սրան աւելանում է համաճարակային H1N1 (խոզի) գրիպի շարունակուող խնդիրները:

Հիմնական գաղափարները դեռևս իրագործելի են գոյգ գրիպների պարագայում և հետևելները Հիւանդութեան վերահսկման և կանխման կենտրոնի յանձնարարություններն են.-

- Տանը մնացել էք երբ հիւանդ էք: Դպրոց մի՛ ուղարկե՛ք հիւանդ երեխային: Գրիպի ախտանշաններն են՝ ջերմութիւն, կոկորդացաւ, մկանային ցաւեր և երբեմն էլ ֆիքը վազել ու փոշտալ: Գրիպային ախտանշաններով երեխաները ջերմութիւնն ամբողջապէս անցնելուց յետոյ (առանց ջերմութիւնն իջեցնող դեղ օգտագործելով), պէտք է առնուազն 24 ժամ տանը մնան:
- Երեխաներին սովորեցրէ՛ք յանձնարարական իրենց ձեռքերը օճառով լւանան, յատկապէս ուտելուց առաջ և զուգարանից օգտուելուց յետոյ: Դպրոցներում տրամադրելի են ձեռքերը ախտահանելու հեղուկ: Հարցրէ՛ք ձեր երեխայի ուսուցչից, եթէ մտահոգուած էք:
- Երեխաներին սովորեցրէ՛ք, որ անձեռոցիկով ծածկեն իրենց հազը կամ փոշտոցը և դրանք աղբաման նետեն. կամ հազալիս իրենց բւկը ֆիւն մօտեցնեն:
- Երեխաներին սովորեցրէ՛ք, որ հիւանդներից հեռու մնան:

Սեզոնային գրիպի պատուաստումներ կը տրամադրուեն առողջապահական բաժանմունքի, ինչպէս նաև տարբեր բուժարանների և բժիշկների կողմից, թէ երեխաների և թէ չափահասների համար: Երբ H1N1 գրիպի պատուաստանիւթը պատրաստ լինի, դա ևս կը տրամադրուի:

Հարց ունենալու դէպքում, խնդրում ենք կապուել ձեր բժշկի հետ: Դուք կարող էք Լոս Անջելոս քաղաքի հանրային առողջապահութեան բաժանմունքի կայքէջից <http://www.publichealth.laounty.gov>. հասցէով աւելի շատ տեղեկութիւններ ստանալ: Տեղեկութիւններ ստանալու այլ աղբիւրներ.- www.pandemicflu.gov և www.cdc.gov/swineflu

Յարգանքներով՝

Lynda A. Burlson, RN, BSN, MA Ed.

Health Service Coordinator

DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE GLENDALE
SERVICIOS DE SALUD
223 North Jackson St.
Glendale, CA 91206
(818) 241-3111 ext. 407

14 de septiembre del 2009

Estimados Padres y Tutores:

En la medida que se acerca la época de la gripe el Distrito Escolar Unificado de Glendale está trabajando con el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Angeles lo mismo que con la Oficina de Educación del Condado de Los Angeles para proteger la salud y el bienestar de los estudiantes, el personal y la comunidad en general. Como a lo mejor han leído o escuchado a través de los medios de comunicación, hay un incremento sustancial de casos de la gripe estacional. Está acompañado de casos continuos de la pandemia de la gripe H1N1 (swine).

Todavía funcionan las ideas básicas para ambos tipos de gripe y las siguientes son las recomendaciones de los Centros de Control y Prevención de las Enfermedades (CDC).

- Permanezcan en casa cuando estén enfermos. No envíen a los niños enfermos a la escuela. Los síntomas de la gripe pueden ser fiebre, tos, dolor de garganta, dolor en los músculos y a veces secreción de la nariz y estornudos. Aquellos que sientan síntomas parecidos a la gripe deben permanecer en casa al menos 24 horas después de que ya no tengan fiebre sin el uso de los medicamentos para bajar la fiebre.
- Enseñen a los niños que se laven las manos frecuentemente con jabón y agua cuando sea posible, especialmente antes de comer y después de usar el baño. Habrá desinfectante para las manos disponible en todas las escuelas. Hablen con el maestro de su niño si tienen preocupaciones.
- Enseñen a los niños a cubrirse con pañuelos desechables para toser o estornudar y boten éstas a la basura o si tosen que lo hagan dentro de su codo.
- Enseñen a los niños a mantenerse alejados de los que están enfermos.

El Departamento de Salud lo mismo que una variedad de clínicas y médicos tendrán a su disposición vacunas contra la gripe estacional para los niños y los adultos. Cuando la vacuna contra la gripe H1N1 esté disponible también se ofrecerá.

Si tienen alguna pregunta, por favor comuníquense con el proveedor del cuidado de la salud. También pueden obtener más información del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Angeles ingresando a su página de internet <http://www.publichealth.lacounty.gov>. Hay otros recursos como www.pandemicflu.gov, www.cdc.gov/swineflu.

Atentamente,

Lynda A. Burlison, RN, BSN, MA Ed.
Coordinadora de Servicios de la Salud

Translated by: GUSD Intercultural Dept. – MF
9/10/09

글렌데일 통합교육구
보건 서비스
223 N. Jackson Street
Glendale, CA 91206
(818) 241-3111 네선407

2009년 9월 14일

학부모/후견인께:

독감 계절이 다가옴에 따라 글렌데일 통합교육구는 학생, 교직원 및 일반 지역사회의 보건 및 안전을 보장하기 위해 로스앤젤레스 카운티 보건국뿐 아니라 로스앤젤레스 카운티 교육국과 협조하고 있습니다. 귀하께서 언론 매체를 통해 읽거나 들으셨겠지만 계절 독감 케이스가 증가 추세이며 이는 세계적으로 유행하고 있는 H1N1 (돼지독감)의 지속적 발병과 병행되고 있습니다.

이 두 가지 유형의 독감에 대한 기본적 아이디어는 계속 유효하며 아래는 질병 통제 및 방지 센터(CDC)로부터의 권고사항입니다.

- 발병시 집에서 쉬다. 앓는 자는 등교시키지 않는다. 독감 증세에는 신열, 기침, 아픈 목, 근육통이 있으며 간혹 콧물 및 재채기가 포함될 수도 있다. 독감같은 증세를 보이는 사람은 해열제 복용없이 적어도 24시간 정상체온이 유지될 때까지 집에서 쉬어야 한다.
- 특히 식사 전 및 화장실 사용 후 가능할 경우 자녀가 물과 비누로 자주 손을 씻도록 가르친다. 학교에서는 손 살균제가 마련될 것이다. 우려점이 있으면 자녀의 담임 교사에게 문의한다.
- 자녀가 기침 그리고 재채기를 할 때 티슈로 입을 가리거나 팔꿈치 안 쪽에 대고 하고 티슈는 휴지통에 버리도록 가르친다.
- 자녀가 앓고있는 아이에게 접근하지 말도록 가르친다.

아동 및 성인을 위한 계절 독감 예방주사는 보건국을 비롯하여 여러 클리닉 및 의사로부터 받을 수 있으며 H1N1 독감 면역접종이 가능하게 되면 그 또한 제공될 것입니다.

문의사항이 있으시면 귀하의 주치의에게 연락하십시오. 귀하께서는 또한 로스앤젤레스 카운티 공공보건국 웹사이트 <http://www.publichealth.lacounty.gov>에서 더 상세한 정보를 구할 수 있습니다. 다른 정보 출처로는 www.pandemicflu.gov, www.cdc.gov/swineflu가 있습니다.

감사합니다.

린다 벌리슨, 공인간호사, 간호학사, 교육석사
보건 서비스 조정관