

أعراضى الأباء و الأمهات

كما تعلمون نحن على أبواب موسم الأنفلونزا و عودة مرض أنفلونزا الخنازير . هذه الأمراض سهلة الأنتشار من شخص لآخر. و عليه فأننا بصدد أتخاذ الخطوات اللازمة لمنع أنتشار المرض فى المدرسة. نحن نود أن تظل المدرسة مفتوحة و تعمل كالمعتاد خلال موسم الأنفلونزا هذا. **ولكننا نحتاج مساعدتكم فى هذا الأمر.** نحن نعمل بالتعاون مع قسم الصحة بمقاطعة بولك و إدارات التعليم بمقاطعة بولك ووزارة التربية و التعليم بولاية أيوا لمراقبة الوضع و أتخاذ القرار بخصوص أنجع السبل المطلوب اتباعها فى المدارس. و سوف نخطركم بالمعلومات أولاً بأول حال توفرها. حالياً نحن نعمل كل ما فى وسعنا لجعل المدرسة تعمل كالمعتاد. هذه بعض الأشياء التى يمكنكم عملها لمساعدتنا.

أعرف علامات و أعراض الأنفلونزا

أعراض الأنفلونزا هى ارتفاع حرارة الجسم (100 درجة فهرنهايت أو 37.8 درجة مئوية أو أكثر)، السعال، وجع الحلق، الرشح، ألم الجسم، صداع، و الشعور بالتعب العام. بعض الناس يكون لديهم إستفراغ و إسهال.

لا ترسل الأطفال المرضى الي المدرسة

الأطفال المرضى سيطلب منهم العودة الي البيت. يجب أن يكون لك خطة للبقاء مع طفلك فى البيت إذا كان مريضاً. **أجعل الأطفال يبقون فى البيت لمدة 24 ساعة على الأقل بعد زوال الحمى و أى علامات لأرتفاع الحرارة بدون أستعمال أدوية تخفيض الحرارة.** الأبقاء على الأطفال المرضى فى البيت يقلل من عدد الناس الذين يمكن أن يصابوا بالعدوى.

علم أطفالك أن يغسلوا أيديهم دائما بالماء و الصابون أو بالمطهرات الكحولية. كن لهم قدوة فى ذلك.

علم أطفالك أن لا يتشاركوا فى أشياءهم الخاصة كالمشروبات و المأكولات أو الأواني غير المغسولة.

علم أطفالك أن يستعملوا المناديل الورقية عند السعال و العطس. إذا لم يكن لديهم مناديل ورقية فيمكنهم إستعمال الذراع أو كم القميص لتغطية الفم بدلاً عن اليد.

على الأباء و الأمهات المحافظة على صحتهم لكى يحموا أطفالهم. على الرغم من أن إبر التحصين ضد الأنفلونزا الموسمية لا تحمى من انفلونزا الخنازير، لكنها تحميك من الأنفلونزا الموسمية و تجعلك فى صحة جيدة حتى تستطيع مقاومة الأمراض الأخرى.

[Insert the following paragraph if your school is hosting a seasonal flu shot clinic]

لمساعدتكم فى الحصول على إبر التحصين ضد الأنفلونزا الموسمية فان المدرسة سوف تنظم عيادة تحصين ضد الأنفلونزا الموسمية للطلاب و الأباء و أفراد الأسرة و المعلمين. سوف نخطركم بمعلومات أوفى عن هذه العيادة خلال الأسابيع القادمة.

للحصول على معلومات أوفى عن الأنفلونزا و ما تقوم به المدرسة أتصل بالهاتفون رقم 515.286.3798

كما نرجو زيارة موقعنا على الانترنت www.polkcountyia.gov/health

سوف نخطركم بأي تغيير فى خطة المدرسة الأستراتيجية لمنع إنتشار المرض.

المخلص

(school administrator name and signature)