

你当知道‘季节性和 H1N1 流行性感冒’是能很容易从一人到传播众人。因此,我们正采取步骤减少在大克利夫兰教学区地区中的传播‘季节性和 H1N1 流行性感冒’。我们想要在这流行性感冒季节使学校繼續為學生开放並正常地保持运作。**但是我们这样做必需要您的帮助。**

我们正紧密和公共卫生官员一同工作监控‘季节性和 H1N1 流行性感冒’的情况和制造最好的决定步骤來運作學校。我们将使你保持应当得着的最新信息。

暂时我们正尽一切努力让我们学校继续正常地保持对学生的运作。这里有幾項事是您能帮助做的事情：

- **經常洗手** 教您的孩子用肥皂洗手和为時至少 20 秒鐘或者使用酒精擦拭。您也能按此讓您自己做個好例子。
- **咳嗽, 打喷嚏時遮口** 教您的孩子若沒有紙巾時, 使用手肘, 手臂或者袖子來遮口。也教他們不要分擔別人所用過的飲料, 食物或者未洗的器皿。
- **了解流行性感冒的症狀**。流行性感冒的症狀包含熱度(高過華氏 100 度, 攝氏 37.8 度), 咳嗽, 喉嚨痛, 流鼻水或鼻塞, 軀體疼痛, 頭疼和感覺起來是非常疲勞的。有些人也可能嘔吐或腹瀉。
- **讓生病的孩子留在家中不再發燒之後至少 24 個小時** 或不再吃藥才可返校。將生病有熱度的孩子留在家中, 可以減少感染的人數加增。任何孩子若在校生病, 他們的父母將被儘快聯繫, 並馬上帶回返家。

在下方網站有更多關於‘季節性和 H1N1 流行性感冒’信息資料。若需要, 請向克利夫蘭公共衛生部門聯繫。

若為得知最新的信息, 繼續訪問我們校區網站, 那里我們將通告您若有任何附加的變更或是關於我們校區如何防預流行性感冒傳播的的對策方向。