

Dear Parent/Guardian,

Students or staff in your child's school have reported Influenza-Like Illness (ILI). Symptoms of ILI include fever of 100 degrees or greater, cough, sore throat, muscle aches or fatigue and sometimes vomiting or diarrhea. If your child has a health condition such as asthma, diabetes, lung or heart problem (or is pregnant) you may contact their health care provider for instructions especially if your child develops influenza symptoms.

As a Reminder:

1. Make sure your child's hands are washed for 20 seconds with soap and water often and especially after coughing or sneezing. An alcohol-based hand cleaner is also effective if soap and water is not available.
2. Have your child cough and sneeze into a tissue or into his or her elbow or shoulder if a tissue is not available. Discourage coughing or sneezing into their hands.
3. Stay home if you or your child is sick for at least 24 hours after there is no longer a fever or signs of a fever (without the use of fever-reducing medicine).
4. Get your child vaccinated for seasonal flu and 2009 H1N1 flu when vaccines are available.
5. Due to the high number of absences, teachers will be providing make-up work **upon your child's return to school**. Please allow your child ample time to get well.

If you have questions please contact the health office staff at your child's school. The number is 328-5906. The District's website www.rochester.k12.mn.us has additional information about the H1N1 virus.

En español

Estimado padre/guarda, Los estudiantes o el personal en la escuela de su niño han divulgado Gripe-Como la enfermedad (ILI). Los síntomas de ILI incluyen la fiebre de 100 grados o mayores, tos, garganta dolorida, los dolores del músculo o fatiga y a veces el vomitar o diarrea. Si su niño tiene una condición de salud tal como asma, problema de la diabetes, del pulmón o del corazón (o está embarazado) usted puede entrar en contacto con su proveedor de asistencia sanitaria para las instrucciones especialmente si su niño desarrolla síntomas de la gripe.

Como recordatorio:

1. Cerciórese de que las manos de su niño estén lavadas por 20 segundos con el jabón y agua a menudo y especialmente después de toser o de estornudar. Un limpiador de mano a base de alcohol es también eficaz si el jabón y el agua no está disponibles.
2. Tenga su tos del niño y estornude en un tejido o en su codo u hombro si un tejido no está disponible. Desaliente el toser o el estornudar en sus manos.
3. Permanezca casero si usted o su niño es enfermo por lo menos 24 horas después de que allí son no más una fiebre o muestras de una fiebre (sin el uso de fiebre-reducir la medicina).
4. Consiga su niño vacunado para la gripe estacional y la gripe 2009 H1N1 cuando las vacunas están disponibles.
5. Debido al número elevado de las ausencias, profesores proporcionará el trabajo del maquillaje sobre la vuelta de su niño a la escuela.

Por favor no prohíba a su niño el tiempo suficiente de conseguir bien. Si usted tiene las preguntas satisfacen para entrar en contacto con el personal de oficina de salud en la escuela de su niño. El número es 328-5906. El Web site www.rochester.k12.mn.us del distrito tiene información adicional sobre el virus H1N1.