



## KISD HEALTH SERVICES

December 2, 2022

Dear Kaufman ISD Families,

As you all know, it is the cold and **flu season in Texas**. The number of reported cases of the flu/influenza is rising quickly. This letter is to inform you that there have been some confirmed flu/influenza cases in the district and that your child(ren) may have been exposed.

The flu continues to be very contagious and can spread from person to person by breathing in the droplets in a cough, sneeze or runny nose that contain the flu virus. People with the flu may be able to infect others by exposing the virus from one day before getting sick to five to seven days after symptoms begin.

### **Signs and Symptoms of the flu may include:**

The flu comes on quickly. Most people with the flu feel very tired and may have a high fever, cough, sore throat, runny or stuffy nose, body aches, headache, chills, fatigue, vomiting or diarrhea. If you suspect you or a family member is sick, contact your Physician for further evaluation as soon as possible.

### **Prevention**

<https://www.cdc.gov/flu> Centers for Disease Control and Prevention recommends:

Vaccination for everyone 6 months and older;

Hand washing with soap and water, especially before meals; alcohol based hand sanitizers will work;

Covering your mouth and nose with a tissue when you cough or sneeze. Throw tissue in trash can and then wash your hands;

Avoid touching your eyes, nose and mouth. **Germs spread this way;**

Clean and disinfect hard surfaces and objects that may be contaminated with germs, including bathroom surfaces, kitchen counters and toys for children. Use household disinfectants according to directions.

### **When can my child return to school after having the flu?**

Keep your child home for at least 24 hours after the fever is gone without fever reducing medications, and 24 hours after vomiting and/or diarrhea subsides.

### **Treatment**

Please refer to your Physician for evaluation and treatment, or Hazel Health KaufmanISD at

<https://my.hazel.co/Kaufmanisd>. The flu can be treated with antiviral drugs if administered early. Acetaminophen (Tylenol) or Ibuprofen may be taken to reduce fever and increase comfort. Avoid products containing Aspirin. People with the flu need plenty of rest and fluids. Please contact your School Nurse with any questions/concerns.

Sincerely,

**KISD Health Services**



## SERVICIOS DE SALUD DE KISD

2 de Diciembre del, 2022

Queridas Familias del Distrito Escolar de Kaufman,

Como todos saben, es la **temporada de resfriados y gripe en Texas**. El número de casos informados de gripe/influenza está aumentando rápidamente. Esta carta es para informarle que ha habido algunos casos confirmados de gripe/influenza en el distrito y que su(s) hijo(s) pueden haber estado expuestos.

La gripe sigue siendo muy contagiosa y puede propagarse de persona a persona al respirar las gotitas al toser, estornudar o moquear que contienen el virus de la gripe. Las personas con gripe pueden infectar a otros al exponerse al virus desde un día antes de enfermarse hasta cinco o siete días después de que comiencen los síntomas.

### **Los signos y síntomas de la gripe pueden incluir:**

La gripe aparece rápidamente. La mayoría de las personas con gripe se sienten muy cansadas y pueden tener fiebre alta, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos, fatiga, vómitos o diarrea. Si sospecha que usted o un miembro de su familia está enfermo, comuníquese con su médico para una evaluación adicional lo antes posible.

### **Prevención**

<https://www.cdc.gov/flu> Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades recomiendan:

Vacunación para todas las personas mayores de 6 meses;

Lavado de manos con agua y jabón, especialmente antes de las comidas; los desinfectantes para manos a base de alcohol funcionarán;

Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desecharable al toser o estornudar. Tire el pañuelo desecharable a la basura y luego lávese las manos;

Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca. **Los gérmenes se propagan de esta manera:**

Limpie y desinfecte las superficies duras y los objetos que puedan estar contaminados con gérmenes, incluidas las superficies del baño, los mostradores de la cocina y los juguetes de los niños. Use desinfectantes domésticos de acuerdo con las instrucciones.

### **¿Cuándo puede mi hijo regresar a la escuela después de tener gripe?**

Mantenga a su hijo en casa durante al menos 24 horas después de que la fiebre haya desaparecido sin medicamentos para reducir la fiebre, y 24 horas después de que desaparezcan los vómitos y/o la diarrea.

### **Tratamiento**

Consulte a su médico para evaluación y tratamiento, o Hazel Health KaufmanISD en <https://my.hazel.co/Kaufmanisd>.

La gripe se puede tratar con medicamentos antivirales si se administran temprano. Se puede tomar paracetamol (Tylenol) o ibuprofeno para reducir la fiebre y aumentar la comodidad. Evite los productos que contengan aspirina.

Las personas con gripe necesitan mucho descanso y líquidos. Comuníquese con la enfermera de la escuela si tiene alguna pregunta o inquietud.

Atentamente,

**Servicios de Salud de KISD**