



# DUPAGE COUNTY HEALTH DEPARTMENT

111 North County Farm Road, Wheaton, Illinois 60187

(630) 682-7400

[www.dupagehealth.org](http://www.dupagehealth.org)

January 8, 2013

Dear DuPage County School and Child Care Parents, Students, and Staff:

As we return from the holiday break into an early influenza (flu) season with widespread activity, the DuPage County Health Department is recommending increased awareness and actions to help control and prevent the spread of influenza (flu), toward keeping our students and community safe and healthy.

To prevent widespread flu in the school, **we recommend that your child stay home from school if experiencing flu-like illness symptoms** (such as fever, cough, and sore throat).

Since influenza is primarily spread by direct contact with nose and throat secretions, there are measures we can all take to reduce our chances of becoming sick with influenza and other similar infections:

- **Know the signs and symptoms of the flu.** Symptoms of the flu include fever (100 degrees Fahrenheit or greater), cough, sore throat, a runny or stuffy nose, body aches, headache, and feeling very tired. For medical questions or concerns, contact your physician.
- **Your child should stay home if he/she is sick until at least 24 hours after there is no longer a fever or signs of a fever** (without the use of fever-reducing medications). This will help reduce the number of people who may get infected.
- **Cover your nose and mouth with a tissue when you cough or sneeze.** Throw the tissue away after use and wash your hands. If a tissue is not available, cover your mouth and nose with your sleeve, not your hand.
- **Wash your hands often with soap and water, especially after you cough or sneeze.** If soap and water are not available, use an **alcohol-based hand rub**.
- **Avoid touching your eyes, nose, or mouth.** Germs spread this way.
- **Do not share eating utensils or drinking containers.** Persons should not share straws, cups, glasses, water bottles used during sports or recreation, etc.
- **Try to avoid close contact with people who are sick.**
- **Get your child and family vaccinated against seasonal flu**, if not already vaccinated this season. It's not too late, since flu season can last through May. Vaccination is recommended yearly for everyone 6 months and older.

If you or your physician have any questions, please contact the DuPage County Health Department at (630) 221-7553. More information on seasonal influenza is available at: [www.cdc.gov/flu/index.htm](http://www.cdc.gov/flu/index.htm), [www.idph.state.il.us/flu/fluupdate12-13.htm](http://www.idph.state.il.us/flu/fluupdate12-13.htm), and [www.dupagehealth.org/data](http://www.dupagehealth.org/data). Thank you for your time and cooperation.

Sincerely,

Rashmi Chugh, M.D., M.P.H.  
Medical Officer

Maureen McHugh  
Executive Director

*Everyone, Everywhere, Everyday*

In an emergency go to [www.protectdupage.org](http://www.protectdupage.org) and tune into WDCB 90.9 fm radio.



## DUPAGE COUNTY HEALTH DEPARTMENT

111 North County Farm Road, Wheaton, Illinois 60187

(630) 682-7400

[www.dupagehealth.org](http://www.dupagehealth.org)

January 8, 2013

Querida Escuela del Condado de DuPage y los Padres de Cuidado de Niños, Estudiantes, y Personal:

Al regresar del descanso feriado a una temporada temprana de la influenza (gripe) con una extensa actividad, el Departamento de Salud del Condado de DuPage está recomendando una mayor conciencia y acciones para ayudar a controlar y prevenir la propagación de la influenza (gripe), para mantener a nuestros estudiantes y comunidad segura y saludable.

Para prevenir la gripe generalizada en la escuela, se recomienda que su hijo se quede en casa de la escuela si experimenta síntomas de la enfermedad de gripe (como fiebre, tos y dolor de garganta).

Desde que la influenza se transmite principalmente por contacto directo con secreciones de la nariz y de la garganta, hay medidas que todos podemos tomar para reducir las posibilidades de enfermarse con la influenza y otras infecciones similares:

- Conozca los signos y síntomas de la gripe. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre (100 grados Fahrenheit o más), tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolor de cuerpo, dolor de cabeza y sensación de mucho cansancio. Para preguntas o inquietudes médicas, llame a su médico
- Su niño debe quedarse en casa si él/ella esta enfermo durante al menos 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre o signos de fiebre (sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre). Esto ayudara a reducir el número de personas que pueden ser infectadas.
- Cubra su nariz y boca con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude. Tire el pañuelo a la basura después de usarlo y lávese sus manos. Si no tiene un pañuelo disponible, cúbrase la boca y la nariz con su manga, no la mano
- Lave sus manos frecuentemente con jabón y agua, especialmente después de toser o estornudar. Si el jabón y el agua no están disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Evite tocarse sus ojos, nariz o boca. Los gérmenes se propagan de esta manera.
- No comparta utensilios para comer o contenedores de beber. Las personas no deben compartir carrizos, tazas, botellas de agua usadas durante le practica deportiva o de recreo, etc.
- Trate de evitar el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Consiga que su hijo y familia esta vacunada contra la gripe estacional, si no se ha vacunado esta temporada. No es demasiado tarde, ya que la temporada de gripe puede durar hasta Mayo. La vacunación es recomendada anualmente para todos mayores de 6 meses y mas.

Si usted o su médico tiene alguna pregunta, por favor póngase en contacto con el Departamento de Salud del Condado de DuPage al (630) 221-7553. Más información sobre la influenza estacional está disponible en: [www.cdc.gov/flu/index.htm](http://www.cdc.gov/flu/index.htm), [www.idph.state.il.us/flu/fluupdate12-13.htm](http://www.idph.state.il.us/flu/fluupdate12-13.htm), y [www.dupagehealth.org/data](http://www.dupagehealth.org/data). Gracias por su tiempo y colaboración.

Sinceramente,

Rashmi Chugh, M.D., M.P.H.  
Oficial Médico

Maureen McHugh  
Director Ejecutivo

*Everyone, Everywhere, Everyday*

In an emergency go to [www.protectdupage.org](http://www.protectdupage.org) and tune into WDCB 90.9 fm radio.