

Phyllis Harrison, Principal



San Mateo-Foster City
School District

September 24, 2009

TO: Staff and Parents
FROM: District Superintendent
SUBJ: **H1N1 Influenza**

Provided below is information about H1N1 influenza and the steps that the district is taking to prevent the spread of this disease.

- Major symptoms include a fever higher than 100 F (37.8 C) and one or more of the following: cough, sore throat, headache or muscle ache.
- Parents should keep their children home from school when they have a fever and exhibit one or more of these symptoms.
- Staff with these symptoms should not come to work, and staff who exhibit symptoms at work will be sent home.
- Students who exhibit flu symptoms will be promptly separated from other students and staff, and will be sent home as soon as possible. Parents should be aware that they must be available to pick up their children promptly if they become sick while they are attending school.
- Students or staff who have had flu-like illnesses should remain at home until at least 24 hours after they are free of fever (100 F).
- Those who belong to high risk groups for the H1N1 virus, such as pregnant women, individuals with asthma, diabetes, or heart disease and people who are immunosuppressed, should consult with their medical providers regarding steps they should take to prevent and/or treat the illness.
- It is recommended that individuals get seasonal flu shots from their health providers or other sources of their choice, as soon as possible.
- The H1N1 vaccine is expected later in the fall, and it is recommended that individuals follow the guidance that will be made available at that time regarding who should get these vaccinations.
- School staff will take appropriate steps to prevent the spread of disease by teaching students about and practicing frequent hand washing, coughing or sneezing into a tissue or the bend of the elbow, and avoiding touching their eyes, nose or mouth to avoid the spread of germs.

A Public Montessori School

1301 Cypress Avenue • San Mateo, California 94401 Tel: (650) 312-7588 •
Fax: (650) 312-7642



Phyllis Harrison, Principal

San Mateo-Foster City
School District

24 de septiembre, 2009

A: Personal y padres
DE: Superintendente del Distrito
RE: **H1N1 Influenza**

Se provee aquí abajo información acerca de la influenza H1N1 y los pasos que el distrito está tomando para prevenir el contagio de esta enfermedad.

- Los síntomas mayores incluyen fiebre alta más de 100F (37.8 C) y uno o más de los siguientes: tos, dolor de garganta, dolor de cabeza y músculos.
- Los padres deben de mantener a sus niños en la casa fuera de la escuela cuando ellos tienen fiebre y exhiben uno o más de estos síntomas.
- El personal con estos síntomas no deben de venir a trabajar y debe de enviarse a la casa a la persona del personal que exhibe síntomas en el trabajo.
- Los estudiantes que exhiben síntomas de la gripe, serán separados rápidamente de los otros estudiantes y el personal, y se los enviará a la casa lo más rápido posible. Los padres deben de estar conscientes que ellos deben de estar accesibles para recoger a sus niños rápidamente, si se enferman mientras están en la escuela.
- Los estudiantes o personal que tienen síntomas parecidos a la gripe, deben de quedarse en la casa por lo menos 24 horas después de que están libres de una fiebre de (100° F).
- Aquellos que pertenecen a grupos de alto riesgo para el virus H1N1, como ser mujeres que están embarazadas, individuos con asma, diabetes o enfermedades del corazón y personas con problemas del sistema inmunosupresivo, deberán de consultar a su proveedor médico respecto a pasos que ellos deberían de tomar para prevenir y/ o tratar la enfermedad.
- Se recomienda que los individuos se den la vacuna para la gripe estacional lo más rápido posible, de sus proveedores de salud u otras fuentes de su elección.
- Se espera tener una vacuna para H1N1 para fines del otoño y se recomienda que los individuos sigan las guías que estarán disponibles en ese momento, respecto a quién debe de darse la vacuna.
- El personal de la escuela tomará los pasos necesarios para prevenir el contagio de la enfermedad, enseñando a los estudiantes acerca de esto y practicando lavarse las manos frecuentemente, toser o estornudar en un tisú o dentro del recoveco del codo, evitando tocarse los ojos, nariz o boca para evitar expandir los gérmenes.

A Public Montessori School

1301 Cypress Avenue • San Mateo, California 94401 Tel: (650) 312-7588 •
Fax: (650) 312-7642