

Dear Silver Hill families,

We are seeing an uptick of flu-like illnesses in our school, and have been alerted by a few parents that his/her child was diagnosed with influenza.

Influenza (also known as the flu) is a contagious respiratory illness caused by flu viruses. It can cause mild to severe illness, and at times can lead to death. The flu is different from a cold. The flu usually comes on suddenly. People who have the flu often feel some or all of these symptoms:

- Fever* or feeling feverish/chills
- Cough
- Sore throat
- Runny or stuffy nose
- Muscle or body aches
- Headaches
- Fatigue (tiredness)
- Some people may have vomiting and diarrhea, though this is more common in children than adults.

** It's important to note that not everyone with flu will have a fever.*

If your child is feeling unwell, and/or exhibiting symptoms listed above, please keep him or her home from school and notify the school of the absence. Vigilance in keeping unwell children home will limit exposure to other students and staff.

Children should be fever free, and feeling well, without the aid of medication (Tylenol or Ibuprofen) for 24 hours before returning to school.

The CDC continues to be a valuable resource for information regarding prevention and management of the flu. It is not too late to get your flu shot! For additional information utilize the link follows: <https://www.cdc.gov/flu/index.htm>

Thank you,

Katrina Sullivan, RN

Estimadas Familias de Silver Hill:

Estamos observando un aumento de enfermedades similares a la gripe en nuestra escuela, y algunos padres nos han avisado que a su hijo le diagnosticaron influenza.

A influenza (también conocida como flu) es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por el virus de la gripe. Puede causar una enfermedad de leve a grave, y a veces puede llevar a la muerte. El flu es diferente que un resfriado. Generalmente aparece repentinamente. Las personas que tienen gripe a menudo sienten algunos o todos estos síntomas:

- Fiebre o sensación de escalofríos
- Tos
- Dolor de garganta
- Congestión nasal
- Dolores musculares o corporales
- Dolores de cabeza
- Fatiga (cansancio)
- Aunque esto es más común en niños, que, en adultos, algunas personas pueden tener vómitos y diarrea.

*Es importante señalar que no todo el mundo con gripe tendrá síntomas de fiebre.

Si su hijo no se siente bien y/o exhibe algunos de los síntomas descritos arriba por favor mantenga (a) en casa y notifique a la escuela de su ausencia. La vigilancia y mantener niños que no se sienten bien en la casa, limitara la exposición de otros estudiantes y el equipo.

Los niños deben estar libre de fiebre y sintiéndose bien, sin ayuda de medicamentos (tylenol, o ibuprofen) por 24 horas antes de retornar a la escuela.

El CDC continúa siendo un recurso valioso para obtener información con respecto a la prevención y manejo de la gripe. No es demasiado tarde para vacunarse en contra de la gripe. Para información adicional utilice el siguiente enlace: <https://www.cdc.gov/flu./insex.htm>

Gracias

Katrina Sullivan, Rn.