# [school letterhead]

[Date]

**Вероятность контакта с вирусом гриппа (инфлюэнца)**

Уважаемые родители или официальные опекуны,

Данным письмом мы хотим уведомить Вас о возможном контакте с больным гриппом (инфлюэнцой) в [school/childcare] в [grade level or classroom name].

Нас известили о большом количестве отсутствующих в школе, где учится Ваш ребёнок в связи с симптомами похожими на грипп (кашель, боль в горле и температура). В это время года, у многих учеников может быть заболевание дыхательных путей из-за обычных вирусов, включая грипп. Для допoлнительной информации прочитайте, пожалуйста, приложенный информационный бюллетень «Факты о гриппе».

Ввиду того, что грипп это потенциально серьёзное заболевание, мы предоставляем следующие рекомендации для снижения дальнейшего распространения гриппа в наших школах:

* Оставьте Ваших детей дома если они болеют и у них такие симптомы как:
  + температура 100 градусов или выше
  + кашель и(или) заложенность
  + боль в горле
  + головная боль, мышечная боль
* Ваш ребёнок может вeрнуться обратно в [school/childcare] когда будет чувствовать себя лучше и только если у него/её не было температуры по меньшей мере в течение 24 часов (минимум). **Это значит, что у него/её температура (меньше 100 градусов) и он/а не принимает жаропонижающие средства.**
* Для предотвращения распространения простуды и гриппа учите Ваших детей прикрывать нос и рот рyкавом (локтем) или салфеткой когда они чихают или кашляют. В противном случае Вы можете заразить других когда вы прикаснётесь к поверхностям к которым будут прикасаться другие люди.
* Поощряйте Ваших детей часто мыть руки в течение дня, особенно после того, как они сходили в туалет, перед едой и если они не прикрыли лицо, когда чихали или кашляли. Чтобы избежать респираторного заболевания следует мыть руки с мылом и тёплой водой в течение от 20 до 30 секунд. Если нет воды и мыла, детям следует использовать спиртосодержащие средства для мытья рук.
* **Сделайте все необходимые вакцины.** Наиболее эффективным средством профилактики гриппа для Вас и Вашей семьи является ежегодная вакцинация. Всем лицам старше 6 месяцев рекомендовано делать вакцину каждый год. Для большей информации о гриппе и вакцинах от гриппа посетите адреса в интернете:
  + www.clark.wa.gov/public-health
  + http://www.cdc.gov/flu/index.htm
  + http://www.doh.wa.gov/ForPublicHealthandHealthcareProviders/PublicHealthSystemResourcesandServices/Immunization/InfluenzaFluInformation

Если у Вас возникли любые вопросы, пожалуйста, позвоните [school contact] по телефону [phone number].