



## Recommendations for Parents during Swine H1N1 Outbreak: 5/2/09

Based on current information on how the new swine flu H1N1 virus is circulating in the world, in the U.S., and in Kane County, **parents are really important in helping to slow down and interrupt the spread of the swine H1Ni virus** which is new and has an evolving transmission pattern.

**1. Parents need to observe for symptoms.**

Children are very susceptible to getting this new virus, therefore parents need to observe carefully for the symptoms of swine H1Ni virus which are similar to ordinary flu virus: The symptoms of this new influenza A H1N1 virus in people are similar to the symptoms of regular human flu and include fever, cough, sore throat, body aches, headache, chills and fatigue. A significant number of people who have been infected with this virus also have reported diarrhea and vomiting. Also, like seasonal flu, severe illnesses and death has occurred as a result of illness associated with this virus

**2. Parents need to seek medical advice and care for their children who have symptoms of illness in accord with that advice.**

If the symptoms of the child are mild, call the doctor first. If the symptoms are more severe, seek immediate medical care: In children emergency warning signs that need urgent medical attention include: *Fast breathing or trouble breathing, bluish or gray skin color; not drinking enough fluids; not waking up or not interacting; being so irritable that the child does not want to be held; flu-like symptoms improve but then return with fever and worse cough; fever with a rash.*

**3. Parents need to keep their ill children home and away from others, except for medical care.**

Keep your child home if he is ill for 7 days after his symptoms begin or until he has been symptom-free for 24 hours, whichever is longer. This is to keep from infecting others and spreading the virus further.

**4. Parents of ill children can do household cleaning to prevent the spread of influenza virus.**

To prevent the spread of influenza virus it is important to keep surfaces (especially bedside tables, surfaces in the bathroom, kitchen counters and toys for children) clean by wiping them down with a household disinfectant according to directions on the product label. Linens, eating utensils, and dishes belonging to those who are sick do not need to be cleaned separately, but importantly these items should not be shared without washing thoroughly first. Linens (such as bed sheets and towels) should be washed by using household laundry soap and tumbled dry on a hot setting. Individuals should avoid "hugging" laundry prior to washing it to prevent contaminating themselves. Individuals should wash their hands with soap and water or alcohol-based hand rub immediately after handling dirty laundry. Eating utensils should be washed either in a dishwasher or by hand with water and soap.

**5. Parents need to understand how the virus spreads and do things that help to prevent its spread.** Spread of this H1N1 virus is thought to be happening in the same way that seasonal flu spreads. Flu viruses are spread mainly from person to person through coughing or sneezing by people with influenza. Sometimes people may become infected by touching something with flu viruses on it and then touching their mouth or nose.

6. **Parents can take actions to help protect themselves and others in their family and community from getting sick.**

There is no vaccine available right now to protect against this new H1N1 virus. There are everyday actions that can help prevent the spread of germs that cause respiratory illnesses like influenza. Take these everyday steps to protect your health:

- a. Cover your nose and mouth with a tissue when you cough or sneeze. Throw the tissue in the trash after you use it.
- b. Wash your hands often with soap and water, especially after you cough or sneeze. Alcohol-based hand cleaners are also effective.
- c. Avoid touching your eyes, nose or mouth. Germs spread this way.
- d. Try to avoid close contact with sick people.

7. **Parents need to follow public health advice regarding school closures, avoiding crowds and other social distancing measures.**

- a. **Closures due to cases in the school or child care center:** Since children are very susceptible to getting this new virus, when children are identified with probable and/or confirmed cases of the swine H1N1 virus, the schools and child care settings they usually attend serve as a point for increased transmission of the virus. Therefore, the school or child care setting plays a vital role in slowing and stopping the spread of the virus. Since this swine H1N1 flu virus is so new, we still do not know enough about how it spreads and how severe the cases may become—even though, right now, the individuals with probable cases in Kane County are all recovering at home.
- b. **Closures that are “pre-emptive” due to cases in the affected community:** Again, since children are very susceptible to getting this new virus, children who have been identified with probable cases of swine H1N1 flu virus have many natural contacts and links to children in schools and child care settings without probable cases actually identified. Such links include siblings and close playmates at other schools, sports, extracurricular activities, and social interaction. Therefore, there may be public health advice for pre-emptive school closures in some areas of Kane County, depending on the current probable or confirmed H1N1 cases that may be identified. Pre-emptive closure refers to closing a school or child care center even before there is a child identified with a probable or confirmed case of swine H1N1 flu because of the high likelihood of virus transmission activity among children in the affected community. Pre-emptive closure will help slow or stop the transmission of swine H1N1 flu because schools and child care centers are known to serve as a point for increased transmission of the virus

8. **Parents are vital to keeping children from socializing and congregating together if their schools or child care centers are closed.** Since the main reason for public health advice about school or child care closure is to interrupt the transmission of disease, it defeats the purpose if children are allowed to gather together during the time of school closure. If the virus transmission is really interrupted during the closure period, it makes it less likely for ongoing disease transmission afterwards. Children—and parents—then can get back into their normal life schedules and parents. Parents need to take care in monitoring their children’s activities during the closure.

**Parents are vital partners in slowing and stopping the spread of this new swine H1N1 flu virus in Kane County! Parents, please remember to visit the D300 web page at [d300.org](http://d300.org) for updates and additional information.**

## Las Recomendaciones para Padres Durante Swine H1N1 Outbreak: El 5/2/09

Basados en información actual en cómo circula el virus nuevo de gripe del porcino H1N1 en el mundo, en los U.S., y en Kane County, los padres **son realmente importantes en ayudarlo a bajar la velocidad y cortar el hilo al rumor del virus del porcino H1N1** que es nuevo y tiene un patrón de transmisión que evoluciona.

### 1. Los padres necesitan observar para los síntomas.

Los niños son muy susceptibles para obtener a este virus nuevo, por consiguiente los padres necesitan observar cuidadosamente los síntomas del virus porcino H1N1 que es similar a virus común de gripe: Los síntomas de este virus nuevo de la A de gripe H1N1 en personas son similares a los síntomas de gripe humana normal e incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, del cuerpo, dolor de cabeza, escalofríos y fatiga. Un número significativo de personas que han sido contagiadas de este virus también ha reportado diarrea y vómito. También, guste la gripe estacional, las enfermedades severas y la muerte ha ocurrido como resultado de enfermedad asociado con este virus

### 2. Los padres necesitan buscar consejo médico y cuidar de sus niños que tienen síntomas de enfermedad de acuerdo con ese consejo.

Si los síntomas del niño son suaves, llame al doctor primero. Si los síntomas son más severos, busque cuidado médico inmediato: Si el niño indica algunas de estas señas de emergencia necesita atención médica urgente incluya: *Respirar rapido o problemas al respirar, color azulado o gris de piel; No bebiendo bastantes líquidos; No despertándose o no interactuando; Estar irritable que el niño no quiere que lo abraze; Los síntomas de gripes mejoran pero luego regresan con fiebre y peor tos; La fiebre con un salpullido.*

### 3. Los padres necesitan mantener a sus niños enfermos en la casa y alejados de otros, excepto por el cuidado médico.

Mantenga a su niño en casa si él está enfermo por 7 días después de que sus síntomas comienzan o hasta que él ha sido libre de síntomas por 24 horas, cualquier es más largo. Esto es para no infectar otros y para prevenir el contagio del virus más allá.

### 4. Los padres de los niños enfermos pueden hacer limpieza general de la casa para prevenir el contagio del virus de la gripe.

Para impedir el contagio de virus de gripe es importante que limpien las superficies (especialmente el lado de la cama, mesas también la superficie en el cuarto de baño, muebles mostradores de cocina y los juguetes de los niños) limpie pasándole un trapo a ellas con un desinfectante de toda la casa según direcciones en la etiqueta del producto. Las ropas blancas, los útiles de comer, y platos perteneciéndole a esos que vomitan no necesitan ser limpiado separadamente, pero muy importante estos artículos no deben ser compartido sin lavarse a fondo primero. La ropa blanca (como sábanas de cama y toallas) deberían ser lavadas con jabón del lavadero y secar en temperatura caliente. Los individuos deberían evitar "abrazar" lavadero antes de lavarlo para impedir contaminarse ellos mismos. Los individuos deberían lavarse su manos con jabón y el agua o la frotación basada en alcoholes de la mano inmediatamente después de haber tocado la ropa infectada. Utensilios que comer deberían ser lavados ya sea en un lavaplatos o a mano con agua y jabón.

### 5. Los padres necesitan entender cómo se transmite el virus y que hacer para prevenir. El contagio de este virus H1N1 - se piensa - ocurre de la misma forma que la gripe estacional se propaga. Los virus de gripe son transmitido principalmente de boca en boca a través de toser o estornudando por personas con gripe. Algunas veces las personas pueden infectarse tocando algo con virus de gripe en eso y luego tocando su boca o su nariz.

**6 Los padres pueden tomar acción para ayudar a protegerse y ayudar a otros en su familia y la comunidad de enfermarse.**

No hay vacuna disponible ahora mismo para proteger en contra de este virus nuevo H1N1. Hay acciones de todos los días que remedio pueden impedir la contagio de gérmenes que causan enfermedades respiratorias como la gripe. Requierase estos pasos de todos los días para proteger su salud:

- Cúbrase la nariz y la boca que con un kleenex cuándo usted tose o estornuda. Tire el kleenex en la basura después de que usted lo use.
- Lávese su manos a menudo con jabón y agua, especialmente después de que usted tosa o estornude. Los limpiadores basados en alcoholes de la mano son también efectivos.
- Evite tocar sus ojos, su nariz o su boca. Los gérmenes se dispersan así.
- Procure evitar contacto cercano con personas enfermas.

**7 Los padres necesitan seguir consejo público de salud acerca de cierres de las escuelas, evitar estar alrededor de otras personas y otras medidas sociales.**

- a. **Los cierres debido a los casos en la escuela o la guardería infantil:** Como los niños son muy susceptibles obteniendo a este virus nuevo, cuando los niños son identificados con probable y / o los casos confirmados del virus porcina H1N1, las escuelas y guarderías que los niños usualmente asisten a sirve de un punto para la transmisión aumentada del virus. Por eso, las escuelas o las guarderías de niño juegan un papel vital en desacelerar y de prevenir el virus. Desde que este virus de gripe del porcina H1N1 es tan nuevo, todavía no sabemos bastante aproximadamente cómo se dispersa y qué tan severos los casos pueden volverse – aun sin embargo, ahora mismo, los individuos con casos probables en Kane County todos se recuperan en casa.
- b. **Los cierres que son “ preventivos ” debido a los casos en la comunidad afectada:** Otra vez, desde que los niños son muy susceptibles obteniendo a este virus nuevo, los niños que han estado identificados con casos probables de gripe de porcina H1N1 el virus tienen muchos enlaces y contactos naturales para los niños en escuelas y guarderías de niño sin casos probables realmente identificados. Tales enlaces los incluyen a los hermanos y los compañeros de juego cercanos en otras escuelas, los deportes, las actividades extracurriculares, y la interacción social. Por consiguiente, puede haber consejo público de salud para cierres de la escuela preventiva en algunas áreas de Kane County, a merced de la corriente probable o confirmado casos H1N1 que pueden ser identificados. El cierre preventivo se refiere a cerrar la plana una escuela o la guardería infantil aun antes de que haya un niño identificado con un caso probable o confirmado de gripe porcina H1N1 por la probabilidad alta de actividad de transmisión del virus entre niños en la comunidad afectada. El cierre preventivo ayudará a prevenir o detener la transmisión de gripe de porcina H1N1 porque las escuelas y las guarderías infantiles - se sabe - sirven de un punto para la transmisión aumentada del virus

**8 Los padres son vitales para librar a niños de socializar y congregarse conjuntamente si sus escuelas o guarderías infantiles están cerradas.** Desde el principal motivo para el consejo público de salud acerca de escuela o la guardería de niño el cierre está cortarle el hilo a la transmisión de enfermedad, derrota el propósito si los niños tienen permiso de reunirse durante el tiempo de cierre de la escuela. Si la transmisión del virus es realmente interrumpida durante el período de cierre, le hace a ella menos probable para la transmisión de enfermedad en curso después. Los niños – y los padres – luego pueden regresar a sus vidas normales. Los padres necesitan tener cuidado en monitorear las actividades de sus niños durante el cierre.

**¡Los padres son socios vitales en prevenir y evitar que este virus nuevo de gripe de porcina H1N1 en Kane County! Padres, por favor recuerden visitar la pagina web de d300 al [d300.org](http://d300.org) para obtener información adicional.**