



Robert W. Procnier Administration Center  
6611 W. 171st Street • Tinley Park, IL • 60477-3514  
(708) 614-4500 *!hom* (708) 614-8992 *!tx* • www.district146.org

26 كانون الثاني/يناير 2018

حضرة الأهالي وأولياء الأمور المحترمين،

لقد حلّ علينا موسم نزلات البرد والإنفلونزا، وها قد بدأنا نرى أعداداً متزايدة من التلاميذ المصابين بعوارض الإنفلونزا. وهذه العوارض تشمل، القشعريرة، السعال، الصداع، آلام الجسم، التهاب الحلق، الإرهاق، وأحياناً التقيؤ والإسهال.  
سيبّغ الدائرة التعليمية 146 توصيات مديرية مقاطعة كوك للصحة العامة (CCDPH).  
يُرجى اتخاذ الإرشادات التالية بعين الاعتبار.

عليكم حتماً إبقاء ولدكم في المنزل والنظر في التماس الرعاية الطبية في حال توافرت لديهم عوارض الإنفلونزا النمطية المذكورة أعلاه ، أو أي من هذه العوارض:

- حمى أعلى من 100 درجة (37.7 مئوية) عن طريق الفم
- قشعريرة
- توغك عام وشعور بالإرهاق، الإنزعاج، الإعياء أو آلام العضلات
- السعلة المحتقنة(الرطبة) أو الخانوقية المتكررة
- ضيق النفس
- الكثير من الإحتقان الأنفي مع تمخّط متكرّر
- التقيؤ (ولو لمرة)
- الإسهال

كما ينبغي النظر في إبقاء ولدكم ليوم إضافي من الراحة والمراقبة إن كان يعاني من أي من العوارض التالية:

- إنسداد شديد أو رشح الأنف و/ أو سعلة
- ألم خفيف في الحلق (لا حمى)، ولا تعرّض مؤكد لبكتيريا التهاب الحلق (strep)
- صداع
- مغص خفيف

الوقاية – يُرجى تذكير ولدكم بهذه التوصيات:

- غسل اليدين من الحين إلى الآخر (إستخدام معقم اليدين في حال عدم توفرّ الماء/الصابون)
- عدم لمس العينين، الأنف أو الفم
- تغطية الفم والأنف عند العطس أو السعال، إستعمال المحارم الورقية، رميها ومن ثمّ غسل اليدين
- تجنّب الإحتكاك عن قرب مع الأشخاص المصابين

من الممكن أن ينقل الأشخاص المصابين بالإنفلونزا العدوى إلى الآخرين عن طريق ذرف الفيروس قبل الإصابة بيوم وحتى 5-7 أيام من بعد الإصابة. قد يكون ضرورياً إبقاء ولدكم في المنزل لمدة أسبوع كامل عند تشخيص الإصابة بالإنفلونزا أو ظهور عوارضها. يجب أن يبقى الولد في المنزل حتى زوال الحمى كلياً ومن دون إستخدام الأدوية المحقّضة للحرارة لمدة لا اقلّ عن 24 ساعة. أنظر "دليل الإنفلونزا للأهل" ضمن "ملاحظات الممرضات" على [district146.org](http://district146.org).

لأي معلومات إضافية ، الرجاء زيارة الموقع الإلكتروني [cdc.gov/flu](http://cdc.gov/flu) و [cookcountypublichealth.org](http://cookcountypublichealth.org)

المخلصة،

ماريان بنتلي، ممرضة مسجلة، PEL-CSN

الممرضة المنسقة

Community Consolidated School District 146



Central Middle School



Vedter F. Fierke Education Center



Bert H. Fulton School



Arnold W. Kruse Education Center



Memorial Elementary School