

## IMPORTANT FLU INFORMATION



- Anyone over 6 months old should get immunized against the FLU in October unless medically contra indicated. The FLU can continue until May.
- A typical flu includes fever, sore throat, cough, muscle aches, nausea and vomiting.
- The fever should go away after three or four days and the cough within one to two weeks.
- During this time your child should stay home from school to rest and keep them drinking plenty of fluids.

### **Parents should seek medical attention if your child has any of these symptoms:**

- High fevers that are not getting better or come and go.
- Chills, pain or discomfort, clammy or sweaty skin, confusion, difficulty breathing, fast heartbeat.
- Chest pain or pressure, if they refuse to eat or drink, is vomiting or has diarrhea, is dizzy.
- Irritability, sleeping too much, not mentally alert, and not acting like their usual self.
- Parents need to take care of themselves also, especially if you are pregnant.
- Remember to wash your hands frequently and not to let a sick person cough/sneeze or breathe on you.

Arleen Rotwein R.N.  
Lawrence Primary School Nurse

---

## INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE LA GRIPE

- Cualquier persona mayor de 6 meses de edad debe vacunarse contra la gripe en octubre, a menos que esté médicamente contraindicado. La gripe puede continuar hasta mayo.
- Una gripe típica incluye fiebre, dolor de garganta, tos, dolores musculares, náuseas y vómitos.
- La fiebre debe desaparecer después de tres o cuatro días y la tos dentro de una a dos semanas.
- Durante este tiempo su hijo debe quedarse en casa para descansar y mantenerlos bebiendo muchos líquidos.

### **Los padres deben buscar atención médica si su hijo presenta alguno de estos síntomas:**

- Fiebres altas que no mejoran o aparecen y desaparecen.
- Escalofríos, dolor o malestar, piel húmeda o sudorosa, confusión, dificultad para respirar, ritmo cardíaco acelerado.
- Dolor o presión en el pecho, si se niegan a comer o beber, está vomitando o tiene diarrea, está mareado.
- Irritabilidad, dormir demasiado, no estar mentalmente alerta, y no actuar como su yo habitual.
- Los padres también deben cuidarse a sí mismos, especialmente mujeres embarazadas.
- Recuerde lavarse las manos con frecuencia y no permitir que una persona enferma tosa o estornude enfrente suyo.

Arleen Rotwein R.N.  
Enfermera de la escuela principal de Lawrence.

