

Olga Hugelmeyer, Ed.D.

المشرف على المدارس

20 نوفمبر 2024

عزيزي مجتمع مدارس إيلزابيث العامة ،

تلتزم مدارس إيلزابيث العامة بشدة بالحفاظ على بيانات أمنة وصحية للطلاب وأعضاء الفريق والعائلات.

غالبا ما تبدأ المجتمعات في رؤية زيادة في حدوث الأنفلونزا (الأنفلونزا) والفيروس المخلوي التنفسي (RSV) مع اقتراب فصل الشتاء. جزء مهم من الحفاظ على مجتمعنا التعليمي آمنا وصحيا هو التعرف على الأعراض المتعلقة بهذه الأمراض الفيروسية المعدية واتخاذ الاحتياطات المناسبة للمساعدة في منع انتشارها.

الأنفلونزا مرض تنفسي معد تسببه فيروسات الأنفلونزا التي تصيب الأنف والحلق والرئتين ، ويختلف عن البرد ، وعادة ما يأتي فجأة. قد تشمل الأعراض المرتبطة بالأنفلونزا الحمى والسعال والتهاب الحلق وسيلان الأنف أو انسداده وآلام الجسم والصداع والقشعريرة والشعور بالتعب وأحيانا القيء والإسهال (أكثر شيوعا عند الأطفال من البالغين). الطريقة الأكثر فعالية للحماية من الأنفلونزا هي الحصول على لقاح الأنفلونزا السنوي ، والذي يوصى به لكل شخص يبلغ من العمر 6 أشهر فما فوق. لقاحات الأنفلونزا ورذاذ الأنف لقاحات الأنفلونزا كلاهما خياران لمعظم الأطفال.

RSV هو واحد من العديد من الفيروسات التي تسبب أمراض الجهاز التنفسي في الأنف والحلق والرئتين. هو الأكثر شيوعا خلال فصل الشتاء وتقريبا جميع الأطفال دون سن 2 سوف تحصل على RSV. قد تشمل الأعراض ، التي تستمر بشكل عام في المتوسط من 5-7 أيام ، الحمى والسعال (السبر الجاف أو الرطب) والاحتقان وسيلان الأنف و / أو العطس والضغط وتقليل الجوع عند الرضع.

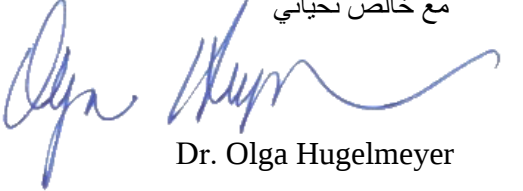
يجب على أي شخص يعاني من علامات وأعراض الأنفلونزا أو RSV البقاء في المنزل وطلب المشورة الطبية من الطبيب.

نتشاور بشكل منتظم مع مستشارنا الطبي وإدارة إيلزابيث الصحية وقد وضعنا بروتوكولات لمنع انتشار الأمراض المعدية الشائعة بأفضل ما في وسعنا. من بين هذه البروتوكولات استبعاد الطلاب المصابين بالحمى (100.4 درجة فهرنهايت أو أعلى) من المدرسة حتى يخلوا من الأعراض لمدة 48 ساعة دون دواء لخفض الحمى. بالإضافة إلى ذلك ، في جميع أنحاء منطقتنا ، يركز موظفو الحراسة لدينا بشكل متزايد على تنظيف وتطهير "نقاط الاتصال" (مقابض الأبواب ، والصور ، ومكاتب الطلاب ، وما إلى ذلك) بالإضافة إلى التنظيف الروتيني للفصول الدراسية والمكاتب والمساحات المشتركة مثل الكافيتريات والصالات الرياضية والقاعات والممرات والسلالم.

الممارسة المتسقة لنظافة اليدين المناسبة ضرورية أيضا للحفاظ على بيئة آمنة وصحية. غسل اليدين بانتظام بالصابون والماء الدافئ لمدة 20 ثانية على الأقل ، واستخدام معقم اليدين كبديل عندما لا يكون غسل اليدين متاحا بسهولة ، وتجنب لمس العينين والأنف والفم بأيدي غير مغسولة ، وتغطية السعال والعطس بداخل الكوع ، كل ذلك يقطع شوطا طويلا نحو منع انتشار المرض.

بالإضافة إلى المعلومات الواردة في هذه الرسالة ، قدمنا موارد الإنفلونزا و RSV من مركز السيطرة على الأمراض (CDC) والسلطات الصحية الأخرى على موقعنا. قد تجدهم من خلال زيارة www.epsnj.org/flu-rsv.

نشكركم على دعمكم في مساعدتنا في الحفاظ على بيئات آمنة وصحية لجميع أعضاء مجتمعنا التعليمي ، لأنها مسؤولية نتشاركها جميعا.

مع خالص تحياتي

Dr. Olga Hugelmeyer