



2009 年 4 月 27 日

親愛的西雅圖公立學校學生、家庭與職員們：

目前在華盛頓州或景郡都沒有豬流感 (Swine Influenza) 感染的報導。但是，過去幾週在美國各地證實有豬流感的出現。西雅圖公立學校職員緊密與本地、州和全國健康機構合作，來調查任何的病例和/或感染，我們已經安排好計畫來應付可能出現的疫情爆發。

得到豬流感的症狀是發燒、喉嚨痛、咳嗽、全身痠痛、頭痛、發冷和疲倦。這些症狀能持續 7 天，如果症狀持續帶病者具有傳染性。如果你的子女呈現輕微的感冒症狀，留意觀察、當需要時致電醫生來查詢，或是你也可以詢問學校護士。

西雅圖公立學校提醒家長與職員們防禦的重要性，並如何保持安全。

你應該做些什麼來預防豬流感的傳播

- 打噴嚏或咳嗽時用面紙、手肘或袖子蓋住口鼻。面紙用完後丟在垃圾桶。
- 經常用肥皂與清水來洗手，特別在咳嗽或打噴嚏之後。含酒精的洗手精也有效。
- 避免觸摸自己的眼睛、鼻子或嘴巴。細菌就是這樣傳播。
- 如果你生病就留在家中。

豬流感的症狀

- 發燒、咳嗽、喉嚨痛、全身痠痛、頭痛、發冷、疲倦。

當學生出現以下任何症狀時都應該留在家中：發燒 (溫度在 100 度或以上)、嘔吐或腹瀉、水泡皮疹、嚴重鼻塞或經常咳嗽，或是你的子女被診斷出有傳染性的疾病。

如果你有任何疑問，請隨時致電西雅圖景郡公共健康部門 (Seattle King County Public Health Department) 電話是 (206) 296-4949，你也可以流覽網頁 www.kingcounty.gov/health，或到疾病控制中心網站 (Centers for Disease Control)，www.cdc.gov。

誠懇的，

Jill Lewis, RN MN
學生健康服務部主管