



## FRISCO INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT

6942 Maple Street • Frisco, Texas 75034

August 28, 2009

### Health Reminders to Parents

We want to congratulate you all on a successful start of the 2009-2010 school year! FISD is well on the way to hitting our projected enrollment of 34,133 students. More than 33,400 students were enrolled on the first day of school, representing growth of more than 10 percent.

With the beginning of a school year comes the need for reminders regarding good health habits and prevention of illness. We are sure you are aware of the continued interest regarding H1N1 (swine flu). You are probably also aware that the Centers for Disease Control issued modified recommendations to school districts regarding this health concern. As we look toward flu season, the priorities will be, as always, to practice good hand hygiene and cough/sneeze etiquette, to maintain good cleaning protocols, to watch for early signs of illness and to keep staff and students who are sick at home

Please help us keep your students healthy by following these recommendations:

**Stay home when sick** – Those with flulike symptoms/illness should stay home for at least 24 hours after they no longer have a fever or signs of a fever, without the use of fever-reducing medicines. They should stay home even if using antiviral drugs.

**Reinforce good hand-washing and coughing/sneezing procedures** – We will continue to teach and emphasize frequent hand washing with soap and water, especially after coughing or sneezing (and use of hand sanitizers when not available), covering noses and mouths (with a tissue/shirt sleeve/elbow), and throwing away the tissue after it has been used. We will also remind students not to touch their eyes, nose, or mouth with unwashed hands.

**Early treatment of illness** – People at high risk for influenza complications who become ill with flu-like symptoms/illness should speak with their health-care provider as soon as possible. Early treatment with antiviral medication is very important for people at high risk. These groups include those who are pregnant, and those who have asthma or diabetes, compromised immune systems or neuromuscular disease.

We will continue routine cleanings of our campuses, which include those areas touched often by many hands, such as door knobs, water fountains, etc. Influenza viruses can survive on hard surfaces up to 24 hours. (Cleaning backpacks and lunch kits daily is also recommended). If students become ill at school we will isolate them, as always, until their parents can pick them up.

Please know that we have been involved in many meetings regarding swine flu and will continue to work with our local health departments to monitor the issue on the local level as needed. Together, we can make sure our students are safe, healthy and in school.

We will also communicate periodic health reminders as needed. For instance, this is also the time of year we remind you to alert your school and your physician if your child develops a suspicious skin irritation and to also be watchful of cuts and abrasions and keep them clean and protected as appropriate to help in the prevention/spread of staph infection. Students should not share towels, razors, soap, and other personal items. For more information regarding staph or flu visit the Texas Department of State Health Services website at <http://www.dshs.state.tx.us/> Updates from FISD and ongoing health related information and notices can be found at <http://www.friscoisd.org/departments/HealthServices/>

As we have in the past, we will conduct special cleanings when we have confirmed cases of staph and influenza.

Sincerely,

**FISD Officials**



FRISCO INDEPENDENT SCHOOL DISTRICT  
6942 Maple Street • Frisco, Texas 75034

28 de agosto de 2009

## Recordatorios de salud para los padres

¡Queremos felicitarlos a todos por un exitoso comienzo del año escolar 2009-2010! El FISD está bastante cerca de alcanzar el pronóstico de inscripción de 34,133 estudiantes. Más de 33,400 estudiantes fueron inscritos el primer día de clases, representando un crecimiento del 10 por ciento.

Con el inicio de un nuevo año escolar viene la necesidad de enviarles recordatorios de hábitos de buena salud y la prevención de enfermedades. Estamos seguros que están conscientes del continuo interés en relación a la H1N1 (gripe porcina). Probablemente también estén conscientes que los Centros de Control de Enfermedades emitieron recomendaciones modificadas a los distritos escolares en relación a esta preocupación sobre la salud. A medida que nos acercamos a la temporada de gripes, las prioridades serán, como siempre, practicar una Buena higiene de las manos y seguir las normas al toser y estornudar, observar los primeros síntomas de la enfermedad y mantener en casa al personal y estudiantes que estén enfermos.

Por favor ayúdenos a mantener sanos a sus estudiantes siguiendo las siguientes recomendaciones:

**Quédese en casa cuando esté enfermo** – Aquellos con síntomas parecidos a los de la gripe u otra enfermedad deben quedarse en casa durante al menos 24 horas después que ya no tengan fiebre ni síntomas de ésta, sin tener que usar medicinas para reducirla. Deben quedarse en casa aun si están usando medicamentos antivirales.

**Refuerce procedimientos de un buen lavado de manos y normas al toser y estornudar** – Nosotros continuaremos enseñando y enfatizando el lavado de manos frecuente con agua y jabón, particularmente después de toser o estornudar (y utilizar desinfectantes de manos cuando no haya agua ni jabón disponibles) y a tirar los pañuelos de papel después que los hayan usado. También recordaremos a los estudiantes no tocarse los ojos, la nariz ni la boca con las manos sucias.

**Tratamiento temprano de la enfermedad** – las personas con un alto riesgo de complicaciones de la influenza quienes se enfermen con síntomas parecidos a los de la gripe o la enfermedad, deben hablar con su médico tan pronto como sea posible. El tratamiento temprano con un medicamento antiviral es muy importante para las personas de alto riesgo. Estos grupos incluyen aquellas personas embarazadas y aquellos con asma o diabetes, sistemas inmunológicos comprometidos o enfermedad neuromuscular.

Continuaremos con la limpieza rutinaria de nuestras escuelas, la cual incluye aquellas áreas comúnmente tocadas con las manos, tales como perillas de puertas, bebederos, etc. Los virus de influenza pueden sobrevivir en superficies duras por 24 horas. (También se recomienda limpiar diariamente las mochilas y los kits de almuerzo). Si los estudiantes se enferman en la escuela los aislaremos, como solemos hacerlo, hasta que sus padres puedan recogerlos.

Por favor sepan que hemos estado involucrados en muchas reuniones sobre la gripe porcina y continuaremos trabajando con nuestros departamentos locales de salud para controlar el problema a nivel local como sea necesario. Juntos, podemos asegurarnos de que nuestros estudiantes estén seguros, sanos y asistiendo a la escuela.

También comunicaremos periódicamente recordatorios de salud según sea necesario. Por ejemplo, esta es también la época del año en la que les recordamos informar a su escuela y médico si su niño desarrolla una irritación sospechosa de la piel y a estar pendientes de cortaduras y abrasiones así como a mantenerlas limpias y protegidas como es apropiado para ayudar en la prevención y propagación de infecciones por estafilococo. Los estudiantes no deben compartir toallas, navajas de afeitar, jabón ni otros artículos personales. Para más información relacionada a la infección por estafilococo o gripe visite el sitio web del Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas en <http://www.dshs.state.tx.us/> Actualizaciones del FISD e información y avisos continuos sobre la salud pueden encontrarse en <http://www.friscoisd.org/departments/HealthServices/> Como lo hemos hecho en el pasado, llevaremos a cabo una limpieza especial cuando tengamos casos confirmados de estafilococo e influenza.

Sinceramente,

**La Directiva del FISD**