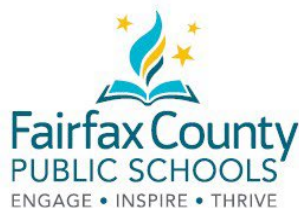


给学生家长的健康信息



当学生缺课太多天时，他们就会落后，很难跟上同学们的步伐。无论这些天是由于生病、逃学还是其他原因，对学生来说，最终的结果都是一样的--学习时间被剥夺。儿童和青少年有时会生病，可能需要呆在家里，但我们希望与您合作，帮助尽量减少您的学生旷课的天数。

缺勤的天数很快就会增加！

- 每个月只要缺勤几天，加起来一年就会错过几个星期的学习时间。
- 有理由和无故的缺勤都会使您的孩子更难跟上其他学生，特别是在数学和阅读方面。
- 对您的孩子来说，幼儿园和一年级是至关重要的。在这些早期阶段缺课会使孩子们在以后的学习中更加困难，他们在三年级结束时往往有阅读困难。

和您的孩子和学校一起努力

- 除非必要，否则请确保您的孩子每天到校学习。这样做会帮助您的孩子成功。
- 确保学校工作人员了解您的孩子患有慢性病，以便在需要时提供帮助。每个学年，在护理卡和学校紧急健康信息表上注明您孩子的慢性病信息。
- 如果您的孩子有哮喘病，费郡公立学校要求他或她的医生完成哮喘行动计划。如果您的孩子需要在学校携带吸入器，应在哮喘行动计划中注明许可。确保管理您孩子哮喘所需的所有用品（吸入器、垫片等）都在学校。
- 如果您的孩子患有糖尿病，费郡公立学校要求他或她的医生填写一份糖尿病医疗管理计划。确保管理您孩子的糖尿病所需的所有用品（胰岛素、血糖仪、试纸）都在学校。
- 与您的学校公共卫生护士、学校工作人员和教师保持开放的沟通渠道。学校对您孩子的健康需要了解得越多，大家就越能做好准备，共同支持你的孩子。

有帮助的建议：

- 将医疗和牙科预约安排在下午早些时候，这样您的孩子就会尽可能少地错过学校。
- 如果您的孩子必须缺课，请确保您收到他或她的家庭作业，并确保完成作业并上交。
- 一旦你知道您的孩子将缺课，请尽快打电话给学校，并告诉学校工作人员您的孩子为什么会缺课，以及缺课多长时间。
- 当学校人员要求时，要准备好医生的证明。

如有更多问题请联系

For Additional Information Visit:

疾病控制和预防中心

www.cdc.gov

美国儿科学院

www.aap.org

费郡健康指南

www.fcps.edu/resources/gotoguide



我什么时候应当把孩子留在家里？

以下是给5-18岁儿童和青少年的建议。

对婴儿或年幼儿的建议可能有所不同。

症状和疾病	我应当把孩子留在家里吗？
父母生病、压力大、住院	不 - 如果您生病了，您的孩子仍然需要去上学。您生病不应该成为您孩子不上学的理由。为这样的日子做好计划。请一位邻居、亲戚或配偶接送孩子上学。
慢性疾病（哮喘、糖尿病、镰状细胞、癫痫等） 慢性病是一种长期存在的疾病，可以控制但不能治愈。	不 - 只要症状得到控制，您的孩子就应该上学。学校工作人员接受了培训，以帮助患有慢性疾病和相关保健要求的儿童。
孩子不想去上学 频繁哭泣、恐惧、愤怒、不愿意与人交往、行为改变、胃痛、恶心 (这些可能是抑郁症、焦虑症、创伤后压力或恐惧的迹象。)	不 - 您应该让孩子继续上学，但要努力确定是什么原因导致了这种变化。与学校人员交谈，并咨询卫生保健提供者。您的孩子可能正在经历欺凌或创伤，可能在学校作业中落后或与他人相处不融洽。持续的痛苦表明可能需要学校人员或健康护理专业人员的支持。
感冒症状 鼻塞/流鼻涕、打喷嚏、轻度咳嗽、耳痛	不 - 如果孩子能够参加学校的活动，就应该参加学校的活动
头虱 头部剧烈瘙痒；可能感觉有东西在移动	不 - 如果已经完成了用治疗虱子的产品洗头的初步治疗，您的孩子就可以上学了。
经期问题	不 - 在大多数情况下，月经问题可以在学校得到处理。如果严重的疼痛影响到您的孩子上学，请咨询健康护理人员。
拉伤、扭伤和疼痛	不 - 如果没有已知的伤害，而且您的孩子能够正常活动（走路、说话、吃饭），就应该去学校。如果疼痛严重或没有停止，请咨询卫生保健提供者。
结膜炎（红眼病） 眼白呈粉红色，有浓稠的黄色/绿色分泌物。	是的 - 如果眼睛有分泌物，您的孩子在返回学校前必须由医疗机构进行评估。如果被诊断为细菌性结膜炎，在有症状时或在完成24小时的抗生素治疗之前，孩子应留在家中。
咳嗽 严重的、不受控制的、快速的咳嗽、喘息或呼吸困难	是的 - 让孩子呆在家里，并联系卫生保健提供者。如果症状是由哮喘引起的，请根据您的哮喘行动计划提供治疗。当症状得到控制后，让孩子去上学。
腹泻 频繁的稀便或水样便可能意味着疾病，但也可能是由食物和药物引起的。	是的 - 如果除了腹泻之外，您的孩子表现出不舒服，发烧或呕吐，请让您的孩子留在家中。如果大便带血，孩子有腹痛、发烧或呕吐，请咨询医疗保健提供者。
发烧 发烧通常意味着疾病，特别是如果您的孩子发烧到100.4或更高，以及其他症状如行为改变、皮疹、喉咙痛、呕吐等。	是的 - 如果您的孩子发烧到100.4华氏度或更高，请让他们呆在家里，直到他或她的发烧低于100.4华氏度，并持续24小时不使用退烧药。如果发烧2-3天后仍不退，或烧到102.0华氏度或更高，请咨询卫生保健提供者。
皮疹伴有发热	是的 - 如果孩子出现皮疹并伴有发烧，请将他们留在家中。如果皮疹迅速蔓延，不愈合，或有开放性伤口，您应该让孩子呆在家里，并带您的孩子去看医生。
链球菌性咽喉炎 喉咙痛、发烧、胃痛，以及扁桃体红肿	是的 - 在开始使用抗生素后的头24小时内，让您的孩子呆在家里。当您的孩子完成了至少24小时的抗生素治疗，并且24小时内没有发烧，症状正在改善，就可以返回学校。
呕吐 孩子在24小时内呕吐了2次或更多次	是的 - 让您的孩子呆在家里，直到呕吐停止24小时。如果继续呕吐，请联系医疗机构。
传染性疾病 COVID-19 - 发烧、寒战、咳嗽、呼吸急促、味觉/嗅觉丧失、喉咙痛 水痘 - 发烧、头痛、胃痛或喉咙痛，然后在胃部首先出现红色瘙痒的皮疹，然后是四肢和面部。 麻疹和风疹（德国麻疹） - 腺体肿胀，皮疹从耳朵后面开始，然后是面部和身体其他部位，关节疼痛，轻度发烧和咳嗽，眼睛发红 腮腺炎 - 发烧、头痛、肌肉酸痛、食欲不振、唾液腺肿胀变软 百日咳 - 多次快速咳嗽，然后发出高亢的“呼呼”声，呕吐，非常疲惫	是的 - 让您的孩子呆在家里，直到医疗保健提供者确定孩子没有传染性。

