Шановні батьки/опікуни!

Нещодавно ваша дитина могла заразитися **грипом**.Грип — це дуже заразне респіраторне захворювання.

Якщо ви вважаєте, що у вашої дитини грип, не пускайте її до школи або дитячого садка, доки симптоми не покращаться та температура не буде нормальною протягом щонайменше 24 годин без прийому жарознижувальних препаратів.

# Симптоми

Симптоми починаються раптово і включають:

* лихоманку;
* головний біль;
* озноб;
* біль у м’язах;
* надзвичайну втому;
* сухий кашель;
* біль у горлі.

У маленьких дітей також можуть спостерігатися нудота, блювання та діарея.

# Розповсюдження

Людина може розповсюджувати грип за 1 день до появи симптомів. Хвороба поширюється повітряно-крапельним шляхом при кашлі або чханні. Мікроби грипу також передаються через забруднені поверхні та предмети.

# Діагностика та лікування

Хворим належить більше пити та відпочивати. Безрецептурні препарати можуть полегшити симптоми. Якщо діагноз поставлено на ранній стадії, лікарі можуть призначити противірусні препарати.

# Профілактика

Кожен у віці від 6 місяців повинен щороку отримувати вакцину проти грипу. Вакцини для дітей у штаті Вашингтон безкоштовні. Зверніться до лікаря своєї дитини або знайдіть пункти безкоштовної вакцинації на сторінці **(((locally relevant website)))**.

Також важлива належна гігієна рук:

* Часто й ретельно мийте руки теплою водою з милом. В використанні антибактеріального мила немає необхідності.
* Навчіть дітей прикривати кашель і чхання паперовою хустинкою або ліктем.
* Викидайте паперові хустинки після кожного використання.
* Після використання хустинки мийте руки.
* Уникайте торкання очей, рота й носа.

# Дізнатися більше

За додатковою інформацією зверніться до лікаря.