

Đây là lời khuyên về sức khỏe của Học Khu Trung Học East Side Union

Sở Y Tế Hạt Santa Clara chỉ thị cho các Học Khu cung cấp thông tin về **Dịch Bệnh Cúm Heo** (Swine Flu) mới bộc phát ở Mexico và một số trường hợp giới hạn ở vài nơi tại Hoa Kỳ.

Cho đến bây giờ, Hạt Santa Clara và Vùng Bay phụ cận chưa xác nhận có ai bị cúm heo cả.

Tuy nhiên, điều cần biết là chúng tôi khuyến khích các trường đều nên thận trọng và phải báo cáo ngay bất kỳ triệu chứng nào có thể thấy về bệnh cúm heo và áp dụng ngay biện pháp sau đây: học sinh nào bị những triệu chứng cúm thì nhà trường phải yêu cầu em đó **ở nhà** cho đến khi bác sĩ xác nhận là lành bệnh.

Sau hết, xin mọi người khuyến khích con em giữ vệ sinh tốt bằng cách mỗi khi ho hoặc hắt hơi đều phải che miệng; rửa tay kỹ lưỡng và thường xuyên bằng xà phòng và nước, nhất là sau khi hắt hơi hoặc ho; nên ngủ nhiều và ăn đồ ăn đúng dinh dưỡng.