

Học Khu East Side Union High School District
Thông Báo Mới Nhất về bệnh Cúm Heo và
Địa Chỉ Những Cơ Quan mà Quý Vị Cần Nhớ

Cập nhật mới nhất: Ngày 29 tháng 4, 2009, 6:30 chiều.

Học khu East Side Union High School District (ESUHSD) mới thiết lập trang mạng để phổ biến cho các phụ huynh, học sinh, nhân viên nhà trường và học khu cũng như mọi người trong cộng đồng chúng ta những thông tin mới nhất về việc phát hiện bệnh cúm heo. Học khu East Side thường xuyên tiếp xúc với Sở Y Tế Công Cộng của Hạt Santa Clara cùng những cơ quan khác phụ trách việc an toàn sức khỏe cho dân chúng cũng như thông báo cho mọi người về những hiểm họa y tế như bệnh cúm heo chẳng hạn.

Cúm heo là chứng bệnh về đường hô hấp xảy ra trong những con heo bị nhiễm Vi Rút Cúm A, đôi khi lây lan qua người. Các Trung Tâm Kiểm Soát và Ngăn Ngừa Bệnh Tật xác định rằng cúm heo là bệnh hay lây và có thể lan truyền từ người nọ sang người kia. Triệu chứng bệnh cúm heo tương tự triệu chứng các bệnh cúm thông thường khác mà ta thường thấy xuất hiện theo mùa. Triệu chứng này thường là sốt, ho, xổ mũi, viêm họng, nhức đầu, đau mình, ăn không ngon và toàn thân mệt mỏi. Với loại vi rút cúm heo hiện nay thì có thể thêm những triệu chứng khác như buồn nôn, ói mửa và tiêu chảy.

Mọi người trong chúng ta đều có thể ngăn ngừa và làm giảm mức tác hại của vi rút cúm heo bằng cách thực hiện những điều thông dụng sau đây:

- Lấy khăn che mũi và miệng mỗi khi ho hay hắt hơi.
- Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước, nhất là sau khi ho hay hắt hơi.
- Tránh tiếp xúc với người bệnh.
- Ngủ thật nhiều, uống nhiều nước, và ăn các thực phẩm giàu dinh dưỡng.
- Nếu bệnh thì phải ở nhà, không được đi học hay đi làm.
- Điện thoại báo cho trường biết nếu con em bị bệnh với những triệu chứng vừa kể ở trên.

Tình Trạng Sức Khỏe Của Cộng Đồng Chúng Ta

Cộng đồng Học Khu East Side Union High School District chưa ghi nhận bất kỳ ai bị bệnh Cúm Heo cả.

Mọi trường trong Học Khu East Side đều mở cửa hoạt động như thường lệ. Xin quý vị an tâm cho con em tiếp tục đi học đều đặn. Chúng tôi đang áp dụng mọi biện pháp dò bệnh để phát hiện và theo dõi bất cứ học sinh và/hoặc nhân viên nào có triệu chứng bệnh tật như đã mô tả.

Các Cơ Quan Phổ Biến Thông Tin về Bệnh Cúm Heo

- Sở Y Tế Công Cộng, Hạt Santa Clara:
<http://www.sccphd.org/portal/site/phd/>
- Bộ Giáo Dục Tiểu Bang California: [health information tool kit](#) (tăng cường biện pháp ngăn chặn bệnh cúm heo xảy ra trong trường học)
- Bộ Giáo Dục Tiểu Bang California: [Flu Prevention page](#)
Các Trung Tâm Kiểm Soát và Ngăn Ngừa Bệnh Tật [Centers for Disease Control and Prevention (CDC)]: <http://www.cdc.gov/swineflu/>
- Những Dữ Kiện Chủ Yếu về Bệnh Cúm Heo (CDC)
http://www.cdc.gov/swineflu/key_facts.htm
- Thông Tin Tổng Quát về Bệnh Cúm Heo (CDC)
http://www.cdc.gov/swineflu/general_info.htm
- Tổ Chức Y Tế Quốc Tế [World Health Organization (WHO)]:
<http://www.who.int/en/>

Số Điện Thoại Phổ Biến Thông Tin về Cúm Heo

Xin Quý Vị hãy gọi số điện thoại (408) 885-3980 của Sở Y Tế Công Cộng, Hạt Santa Clara để biết thêm những thông tin cần thiết về bệnh cúm heo.