

Notes from the SCHOOL NURSE

HEALTH SERVICES, CAMPBELL UNION SCHOOL



Cold and Flu Season Tips

Dear Parents,

It's cold and flu season! Here are some tips to keep the family healthy.

Wash hands often. According to the Centers for Disease Control website (cdc.gov), washing hands is one of the most important steps you can take to avoid getting sick and spreading germs to others. Wash your hands with soap and clean running water for at least 20 seconds. If soap and clean water are not available, use an alcohol-based product.

Stay warm. Cold temperatures can cause serious health problems, especially in infants and older adults. Stay dry, and dress warmly in several layers of loose-fitting, tightly woven clothing. Check on children, the elderly and pets. Please keep your children home if they are showing any of the following symptoms:

- Nasal discharge and/or a productive cough
- Fever of 100.0 degrees or more. Child should be fever free for 24 hours or more without the use of fever-controlling medicine before returning to school
- Vomiting within the past 24 hours
- Diarrhea within the past 24 hours
- Nausea
- Earache with drainage



- Eyes that are red, swollen, crusting or draining
- Severe sore throat
- If your health care provider has prescribed antibiotics, your child should remain home for at least 24 hours after taking the first dose.

State school law requires that the reason for child's absence must be reported. If your child is ill and unable to attend school, a written note or a phone call stating the reason for child's absence is required.

If a student attends school with any of the above symptoms or conditions, the parent/guardian will be called to pick up the student from school. Under certain circumstances, you may be asked to consult a physician and provide a written note from your doctor indicating the diagnosis and when the student may return to school.

Additionally, the Santa Clara County Public Health Department has the authority to keep students home from school longer than what the doctor has ordered even when symptoms have resolved.

155 North Third Street
Campbell, CA 95008
155 North Third Street
Campbell, CA 95008

Contact Information:

Health Services Office
Phone: (408)341-7259
Fax: (408)341-7012

Maria Arroyo,
Health and Student
Services Technician
marroyo@campbellusd.org

District Nurses

Teresa Lawson, PHN
tlawson@campbellusd.org

Lisa Hulme Taylor, RN
lhulme-taylor@campbellusd.org

Anne Moe, RN
amoe@campbellusd.org

Do your children need Health Insurance?

Free or low-cost health care insurance is available for kids ages 0-19.

Call the Health Trust at
408-961-9850 or the Gardner
Family Health Network
408-579-6120

Notas de parte de la ENFERMERA ESCOLAR



SERVICIOS DE SALUD, CAMPBELL UNION SCHOOL DISTRICT

Protéjase durante la época de Gripe y Resfriados

Estimados Padres,

¡Es la temporada de gripe y resfriado! He aquí algunas recomendaciones para que toda la familia se mantenga saludable.

Lávese las manos con frecuencia. El sitio de red del Centro para el Control y prevención de enfermedades (cdc.gov) ha dicho que mantener las manos limpias es una de las medidas más importantes que podemos tomar para evitar enfermarnos y transmitir los gérmenes a otros. Lávese las manos con agua limpia y jabón por lo menos durante 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, puede limpiarse las manos con productos sanitarios a base de alcohol.

Protéjase del Frio. Las temperaturas frías pueden causar graves problemas de salud, en especial, a los bebés y personas de edad avanzada. Manténgase seco y abríguese bien con varias capas de ropa cómoda apropiada para el frío.

Niños que muestren cualquiera de los siguientes síntomas o condiciones deben permanecer en casa:

- Resfriado común cuando hay desecho nasal o tos productiva
- Fiebre más de 100.0 grados durante las últimas 24 horas
- Vómitos durante las últimas 24 horas
- Diarrea durante las últimas 24 horas
- Náusea
- Ojos rojos, hinchados, llorosos o con costras
- Dolor de oído o desecho de oído



- Dolor de garganta muy severo
- Si su proveedor/a de cuidado médico le ha recetado antibióticos, su niño/a debe permanecer en casa por al menos 24 horas después de tomar la primera dosis.

La ley escolar estatal requiere que se reporte la razón por la cual su niño/a falta a la escuela. Si su niño/a está enfermo/a y no puede asistir a la escuela, se requiere una nota escrita o una llamada telefónica indicando la razón de la ausencia.

Si un estudiante asiste a la escuela con cualquiera de los síntomas que se mencionan anteriormente, se le llamará al padre, madre o tutor para que recoja al estudiante de la escuela. Bajo ciertas circunstancias, se le pedirá que consulte con un médico y consiga una nota escrita por el doctor indicando el diagnóstico y cuando el estudiante pueda regresar a la escuela.

Además, el Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara tiene la autoridad para mantener los estudiantes en casa más tiempo que el doctor ha pedido aún cuando ya no tengan los síntomas.

155 North Third Street
Campbell, CA 95008
155 North Third Street
Campbell, CA 95008

Información de Contacto

Health Services Office
Phone: (408)341-7259
Fax: (408)341-7012

Maria Arroyo,
Health and Student
Services Technician
marroyo@campbellusd.org

Enfermeras del Distrito

Teresa Lawson, PHN
tlawson@campbellusd.org

Lisa Hulme Taylor, RN
lhulme-taylor@campbellusd.org

Anne Moe, RN
amoe@campbellusd.org

¿Necesita cobertura médica para sus hijos?

Seguro médico gratis y de bajos recursos está disponible para niños de 0-19 años de edad.

Llame al Health Trust
408-961-9850 o a las clínicas
Gardner **408-579-6120**