

Kính gửi Phụ Huynh Học Sinh (Our School District):

Quý vị có lẽ đã nghe qua hai vấn đề rất đáng quan tâm về sức khỏe gần đây, khiến cho rất nhiều tin tức đã được phổ biến rộng rãi: sự bùng phát Ebola ở các quốc gia vùng Tây Phi Châu, là Liberia, Sierra Leone và Guinea; và các trường hợp nhiễm Enterovirus-D68. Quý vị không cần thiết phải đặt mình trong tình trạng báo động, lá thư này chỉ nêu lên một sự việc cần thận trọng. Chúng tôi chỉ muốn quý vị hiểu rõ các sự kiện và biết được các biện pháp mà các học khu, trường học và Sở Y Tế Công Cộng đang tiến hành trước để phòng bệnh.

### **Một Số Sự Kiện Quan Trọng Về Enterovirus-D68**

- Cho đến ngày hôm nay, có một trường hợp nhiễm Enterovirus -D68 đã được xác nhận trong Hạt Santa Clara, và 32 trường hợp đã được xác nhận trong Callifornia. Rất có thể có thêm các trường hợp khác sẽ được xác nhận trong thời gian phòng xét nghiệm Bộ Y Tế Công Cộng California đang tiếp tục thử nghiệm các mẫu thử nghiệm của các bệnh nhân tình nghi bị nhiễm virus này.
- Trong hầu hết các trường hợp, Enterovirus-D68 chỉ gây ra triệu chứng nhẹ, giống như bệnh cảm thường, nhưng đối với một số người thì virus có thể gây thở khò khè và khó thở, nhất là các trẻ em bị suyễn hoặc các bệnh khác về đường hô hấp. Chúng tôi đề nghị các trẻ em bệnh suyễn nên làm đúng theo chỉ dẫn trong kế hoạch hành động về điều trị bệnh suyễn, và tất cả trẻ em đều nên chích ngừa cúm mỗi năm.
- Cách phòng ngừa tốt nhất đối với loại virus này là:
  - Rửa tay thường xuyên với nước và xà phòng trong 20 giây
  - Tránh sờ vào mắt, mũi và miệng với bàn tay chưa rửa sạch
  - Tránh tiếp xúc trực tiếp như hôn, ôm nhau, và xử dụng chung ly uống nước và dụng cụ ăn uống với những người bệnh
  - Dùng khăn giấy hoặc ống tay áo che mũi miệng khi ho và nhảy mũi, đừng che bằng bàn tay
  - Lau sạch và tẩy trùng những nơi tiếp xúc thường xuyên, như các đồ chơi và tay nắm cửa, nhất là nếu có người bệnh trong nhà.
  - Nghỉ ở nhà nếu quý vị bị bệnh hoặc sốt.

### **Một Số Sự Kiện Quan Trọng Về Ebola**

- Không có trường hợp nhiễm Ebola trong Hạt Santa Clara hoặc California, và nguy cơ nhiễm bệnh này tại đây vẫn tiếp tục ở mức rất thấp.
- Sở Y Tế Công Cộng Hạt Santa Clara đã phổ biến các hướng dẫn mới nhất của các Viên Chức Y Tế Liên Bang và Tiểu Bang, và đang làm việc mật thiết với các bệnh viện và các bác sĩ trong vùng để tất cả đều được chuẩn bị sẵn sàng đối phó loại virus này trong trường hợp hãn hữu mà quận hạt của chúng ta có người bị nhiễm Ebola.
- Virus Ebola chỉ có thể lây lan từ một người bệnh có triệu chứng bệnh này. Virus lây nhiễm sang người khác qua sự tiếp xúc trực tiếp với chất dịch trong cơ thể của một bệnh nhân có triệu chứng bệnh Ebola. Tiếp xúc trực tiếp có nghĩa là chất dịch cơ thể của người bệnh Ebola chạm trực tiếp vào mắt, mũi, miệng hoặc chỗ da bị đứt của một người khác.
- Mặc dù nguy cơ bùng phát bệnh Ebola rất thấp tại địa phương, các Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Bệnh toàn quốc, Bộ Y Tế Công Cộng California và Sở Y Tế Công Cộng Hạt Santa Clara đang theo dõi rất sát tình trạng bệnh này.

Quý vị có thể viếng trang mạng của Sở Y Tế Công Cộng Hạt Santa Clara, [www.sccphd.org](http://www.sccphd.org), để biết thêm [extensive Ebola information](#) và [information on Enterovirus-D68](#).

(Our School District) đang tuân hành chỉ thị để bảo đảm sự an toàn cho tất cả học sinh, nhân viên và cộng đồng của chúng ta.

### **Nói Chuyện Với Trẻ Em Về Các Bệnh Này**

Các con của quý vị, đôi khi có thể cảm thấy hoang mang hoặc lo âu vì những tin tức được giới truyền thông phổ biến về việc có thể lây lan bệnh này. Những đề nghị sau đây có thể giúp quý vị trong việc nói chuyện với các con về những cảm nghĩ trong thời gian này:

- Hãy lắng nghe các con. Bảo đảm với các con rằng các con sẽ an toàn, và chú trọng vào các sự kiện của tình hình hiện tại.
- Cho phép các con đặt câu hỏi về những căn bệnh này. Giải thích cho các con biết bệnh này lây nhiễm như thế nào.
- Tận dụng các cơ hội có thể dạy con được. Đây là những lúc tốt nhất để nói cho các con biết sự hiểu sai lệch và các thông tin không đúng có thể gây lo sợ.

Các điểm kết nối sau đây sẽ dẫn đến các trang mạng có những nguồn thông tin hữu ích cho cha mẹ, người bảo hộ và những người chăm sóc, trong việc hỗ trợ trẻ em trong những ngày tháng sắp tới:

[Talking with Kids About News](#)

[Five Tips About Talking to Kids About Scary News](#)