



简体中文 Simplified Chinese

亲爱的 IUSD 家长，

您可能已经听过有关[新型冠状病毒的新闻报导](#)，这种新的冠状病毒已经引起呼吸系统疾病的爆发流行，而且我们橙县也已经有一个确诊病例。我们了解这可能会引起我们尔湾社区广大民众的关切，所以请您阅读以下重要信息。

概述

2019 年 12 月时，中国武汉市报导了首例已知的“2019 年新型冠状病毒”病例，也称为 2019-nCoV。冠状病毒是引起呼吸系统疾病的一大类病毒，其引起的症状从普通感冒到更严重的疾病都有，像是[中东呼吸综合症 \(MERS\)](#)。这是一种新的冠状病毒，名称通常显示为“nCoV”，它是一种在人类疾病史中从未出现过的新菌株。

[橙县卫生保健局 \(Orange County Health Care Agency, 简称 OCHCA\)](#) 指出，橙县中小学生的患病风险很小。在国际上，这种疾病主要影响成年人，尤其是本来就已经有其他疾病的老年患者。

根据 OCHCA 的报告，冠状病毒是通过已感染者的咳嗽或打喷嚏传播的，与其他疾病如流感和普通感冒的传染途径类似。症状可能包括发烧、咳嗽和呼吸困难。

美国疾病控制与预防中心 (CDC) 和橙县卫生保健局 (OCHCA) 的指示：

[美国疾病控制与预防中心 \(Centers for Disease Control and Prevention, 简称 CDC\)](#) 和 [橙县卫生保健局 \(OCHCA\)](#) 建议针对此类或其他任何疾病采取以下的日常预防措施：

旅行后患病的民众应待在家中并打电话通知医生

如果您最近去过中国武汉，并且在旅行后 14 天内就出现了发烧并且伴随咳嗽或呼吸急促，或者与疑似患有新型冠状病毒的人接触过，**请待在家里**并且立即打电话给您的医生。如果您没有固定的家庭医生而必须前往医院看病时，您不可以直接去医院，请您先打电话给医院急诊室询问就诊的特别指示后再前往。

生病时请待在家里

生病时请不要上班或上学，并请尽量避免出差。这将有助于防止疾病传播给他人。

在橙县教育局 (Orange County Department of Education) 担任健康与保健协调员的 Pamela Kahn 指出：“患有流感症状包括发烧、咳嗽或喉咙痛的学生和员工应该待在家里，并且在没有服用任何退烧药的情况下，连续 24 小时都没有再发烧才可以回来上学、上班或参加其他团体活动。”

避免近距离接触

避免与生病的人近距离接触。当您生病时，也请与他人保持距离，避免传染给他人。

咳嗽或打喷嚏时请遮住您的口鼻

当您咳嗽或打喷嚏时，请用卫生纸或面纸遮住口鼻。这样做可能可以避免您周围的人被感染。流感和其他严重的呼吸道疾病如呼吸道合胞病毒（RSV）、百日咳（whooping cough）和严重急性呼吸道症候群（SARS），都是通过咳嗽、打喷嚏或不干净的手传播的。

经常洗手

经常洗手将有助于保护您免受细菌侵害。在没有肥皂和水的情况下，可以使用含酒精的手部消毒液。以下是由 CDC 提供的如何正确洗手的三分钟视频：<https://youtu.be/eZw4Ga3jg3E>

养成其他良好的健康习惯

常常清洁和消毒家里、工作场所或学校里经常接触的物体表面，尤其是在有人生病的时候。保持充足的睡眠、多运动、做好日常压力管理、多喝水和多吃有营养的食物。

请到橙县卫生保健局的网站阅读更多相关信息：

www.ochealthinfo.com/phs/about/epidasmt/epi/dip/prevention/novel_coronavirus

IUSD 准则：

如果您的孩子生病了，请根据以下准则来判断将孩子留在家中不上学：

- 体温达到华氏 100 度或更高
- 在**没有使用**任何退烧药物（例如 Tylenol 或是 Motrin）的状况下，保持连续 24 小时不再发烧，学生才可以返校上课
- 在 24 小时之内不再呕吐和/或腹泻时，学生才可以返校上课
- 无法控制的不断咳嗽或是发出气喘声或是呼吸急促
- 疑似传染病症状（例如水痘）
- 疑似感染
- 不明原因的皮疹 - 必须获得医生的书面证明其不具传染性后，才可以返校上课
- 如果医生给予抗生素治疗，在开始服药后的头 24 小时，学生必须留在家中

下一步行动

IUSD 工作人员将继续与适当的机构合作，密切监控新冠病毒的情况。我们将视情况即时提供更新信息。

请家长们了解，确保学生和教职员工的的安全是我们的首要任务。如果我们都能遵循这些重要准则，就可以协助保持社区的健康。请与您的家人、保姆和相关护理人员分享此信息。

感谢您的合作！

诚挚敬意地，



Terry L. Walker
尔湾联合学区学监
Superintendent of Schools
Irvine Unified School District