

22 марта 2024 г.

Уважаемые семьи Школьного Округа Филадельфии!

С изменением сезона погода становится теплее, и мы обычно проводим больше времени в обществе друзей, семьи и знакомых. Поэтому мы хотим поделиться с вами этой весенней информацией о здоровье, чтобы вооружить вас некоторыми важными сведениями, которые помогут учащимся и их семьям оставаться физически и эмоционально здоровыми.

Обновленные рекомендации по COVID-19

С 1 апреля 2024 года Школьный Округ больше не будет требовать 5-дневного периода изоляции для тех, у кого положительные результаты теста на COVID-19. Этот переход к лечению COVID-19 как других респираторных вирусных заболеваний соответствует рекомендациям Департамента общественного здравоохранения Филадельфии (PDPH) и происходит на фоне того, что данные в нашем регионе свидетельствуют о повышении иммунитета против вируса, снижении числа госпитализаций и смертей. Тем не менее, важно соблюдать осторожность. Студентам и сотрудникам, у которых тест на COVID-19 оказался положительным, все равно следует соблюдать следующие меры предосторожности:

- Если у вас появились симптомы, оставайтесь дома до тех пор, пока не исчезнут симптомы и не снизится температура по крайней мере на 24 часа (без лекарств).
- Носите хорошо подогнанную маску в течение 5 дней после возвращения в школу.
- Соблюдайте правила гигиены – регулярно мойте руки с мылом или дезинфицирующим средством для рук, а кашляя и чихая, прикрывайте рот и нос салфеткой.
- Родители/опекуны должны уведомить школу или школьную медсестру, если у их ребенка положительный тест на COVID-19 или диагностировано любое заразное заболевание.

В случае вспышки заболевания в школе или классе, учащиеся и их семьи будут оповещены. Для получения дополнительных советов и протоколов по сохранению здоровья посетите наш сайт [Student Health website](#).

Актуальная информация о вакцинации и кори

Все учащиеся должны постоянно получать обязательные для посещения школы прививки. Более подробную информацию о необходимых для школы прививках вы можете найти [здесь](#). К счастью, вспышка кори в Филадельфии закончилась. Однако корь – крайне заразное вирусное заболевание, которое может вызвать серьезные осложнения, – продолжает распространяться по всей территории США. Студенты должны получить 2 дозы вакцины против кори (MMR) или иметь освобождение от нее. Мы настоятельно рекомендуем вам сделать прививку своему ребенку. Записаться на прием можно в любом городском центре здоровья. Чтобы записаться на прием, свяжитесь с городским колл-центром по телефону (215) 685-2933.

Онлайн-сообщество психического здоровья Kooth

Kooth – это бесплатное, безопасное и конфиденциальное онлайн-сообщество по вопросам психического здоровья и благополучия для учащихся. С тех пор как Школьный Округ Филадельфии начал сотрудничество с Kooth в 2023 году, сотни учеников воспользовались онлайн-консультациями специалистов и поддержкой сверстников, а также инструментами самопомощи, такими как ресурсы

для постановки целей, советы и мнения, а также письменный личный опыт сверстников и экспертов. **Теперь Kooth доступен и для учеников средней школы, начиная с 6-го класса.** Психическое здоровье учащихся – один из главных приоритетов Округа. Если вы считаете, что вашему ребенку может быть полезна высококачественная и полностью конфиденциальная поддержка в области психического здоровья, мы рекомендуем вам записать своего ребенка, посетив сайт us.kooth.com/philascl. Для учащихся в возрасте от 11 до 13 лет требуется согласие родителей.

Мы надеемся, что приведенная выше информация поможет нашим ученикам оставаться психически и физически здоровыми, чтобы они могли посещать школу, учиться, мечтать и реализовывать любые свои желания!

С уважением,

Доктор Кендра Б. Макдоу MD, MPH, FAAP
Медработник Школьного Округа
Управление по оказанию помощи студентам

Доктор Джейм Бэнкс, PsyD, MBA
Профилактика, вмешательство и травма
Управление по оказанию помощи студентам