

STOP THE SPREAD!

PREVENTION TIPS

PERSONAL HYGIENE & HABITS



Follow a Strict Handwashing Schedule
Wash hands often for at least 20 seconds, especially after bathroom breaks, diaper changes, & outdoor play



Enforce the 'Stay Home' Rule
Children who are symptomatic should stay home until they are fever-free and all mouth sores have fully healed, with no new sores developing.



Avoid Sharing Personal Items
Do not share cups, utensils, towels, or snacks to prevent saliva-based germ transmission.

WHEN TO KEEP YOUR CHILD HOME:

Keep your child at home if they have:

- ✓ Fever of 100.4°F (38°C) or higher
- ✓ Are not feeling well
- ✓ Mouth sores with drooling
- ✓ Blisters on hands, feet, or mouth

ENVIRONMENTAL CLEANING



Sanitize high-touch surfaces
Disinfect tables, door handles, and bathroom areas at least twice per day.



Daily Toy Disinfection
Clean shared toys daily and remove 'mouthed' toys immediately for separate cleaning.



Safe Diapering Practices
Always wear gloves and thoroughly disinfect the changing station after every use.

WHEN CAN MY CHILD RETURN BACK TO SCHOOL?

HFMD is very contagious in the first week. Your child should rest at home until they are fever-free, their mouth sores are healed, add/or their physicians clears them.

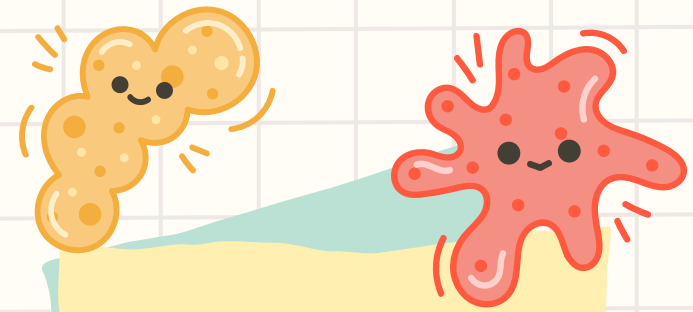


Call the School Nurse if you have any questions:

(562) 123-4567



Ramona Preschool
Norwalk-La Mirada
Unified School District



HAND-FOOT-AND-MOUTH DISEASE (HFMD)

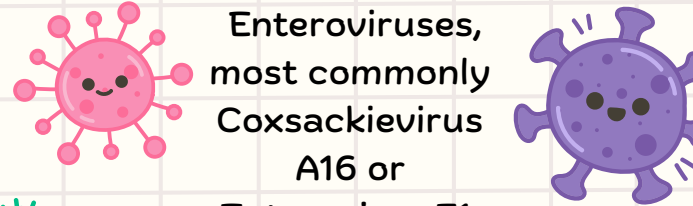


What is HFMD?

HFMD is a common, highly contagious viral illness that primarily affects young children, especially those under age five.

What is it caused by?

Enteroviruses,
most commonly
Coxsackievirus
A16 or
Enterovirus 71.



SYMPTOMS TO LOOK OUT FOR...

WHAT DOES IT LOOK LIKE?

EARLY WARNING SIGNS (Days 1-2)



1
Fever and Sore Throat
Often the first signs of illness appearing 3-6 days after exposure.



2
Fatigue and Poor Appetite
Children frequently experience a lack of energy and decreased interest in eating.



3
Painful Mouth Sores
Small, painful ulcers typically develop in the mouth and throat.



4
Distinctive Skin Rash
Red spots or blisters appearing on palms, soles of feet, and buttocks.

HOW DOES HFMD SPREAD?



Respiratory Droplets

The virus spreads through saliva and mucus released during coughing or sneezing.



Close Physical Interaction

Transmission occurs through kissing, hugging, or direct contact with fluid from blisters.



Fecal-Oral Route

Spread often happens during diaper changes, potty training, or contact with infected stool.



Contaminated Surfaces

Germs live on shared toys, doorknobs, and eating utensils.

A CAREGIVER'S GUIDE TO TREATING HFMD

THE RECOVERY PROCESS



7 to 10 Day Duration
Most children will fully recover on their own within approximately one week.



Stay Home to Protect Others
Keep children home from school to prevent spreading the virus to classmates.

HOME CARE & COMFORT



Hydration is the Top Priority
Painful mouth sores make swallowing difficult; monitor fluid intake closely to prevent dehydration.



Focus on Symptom Management
Focus on making the child comfortable with rest and supportive home care.



Pain and Fever Relief
Acetaminophen may be used for mild pain or temperatures over 100.4°F (38°C).

¡DETÉN LA PROPAGACIÓN!

CONSEJOS DE PREVENCIÓN

HIGIENE PERSONAL Y HÁBITOS

Siga un horario estricto de lavado de manos

Lávese las manos con frecuencia durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, cambiar pañales y jugar al aire libre.



Haga cumplir la regla de "Quedarse en casa"

Los niños que presenten síntomas deben quedarse en casa hasta que no tengan fiebre y todas las llagas en la boca hayan sanado por completo, sin que aparezcan nuevas llagas.



Evite compartir artículos personales

No comparta vasos, utensilios, toallas ni refrigerios para prevenir la transmisión de gérmenes a través de la saliva.



CUÁNDO MANTENER A SU HIJO EN CASA:

Mantenga a su hijo en casa si presenta:

- ✓ Fiebre de 100.4°F (38°C) o más
- ✓ No se siente bien
- ✓ Llagas en la boca con babeo
- ✓ Ampollas en las manos, pies o boca

LIMPIEZA AMBIENTAL



Desinfecte las superficies de alto contacto

Desinfecte mesas, manijas de puertas y áreas de baño al menos dos veces al día.



Desinfección diaria de juguetes

Limpie los juguetes compartidos a diario y retire de inmediato los juguetes que los niños se lleven a la boca para limpiarlos por separado.



Prácticas seguras para el cambio de pañales

Use siempre guantes y desinfecte completamente el área para cambiar pañales después de cada uso.

¿CUÁNDO PUEDE MI HIJO REGRESAR A LA ESCUELA?

La HFMD es muy contagiosa durante la primera semana. Su hijo debe quedarse en casa hasta que no tenga fiebre, las llagas en la boca hayan sanado y/o su proveedor de salud lo autorice.

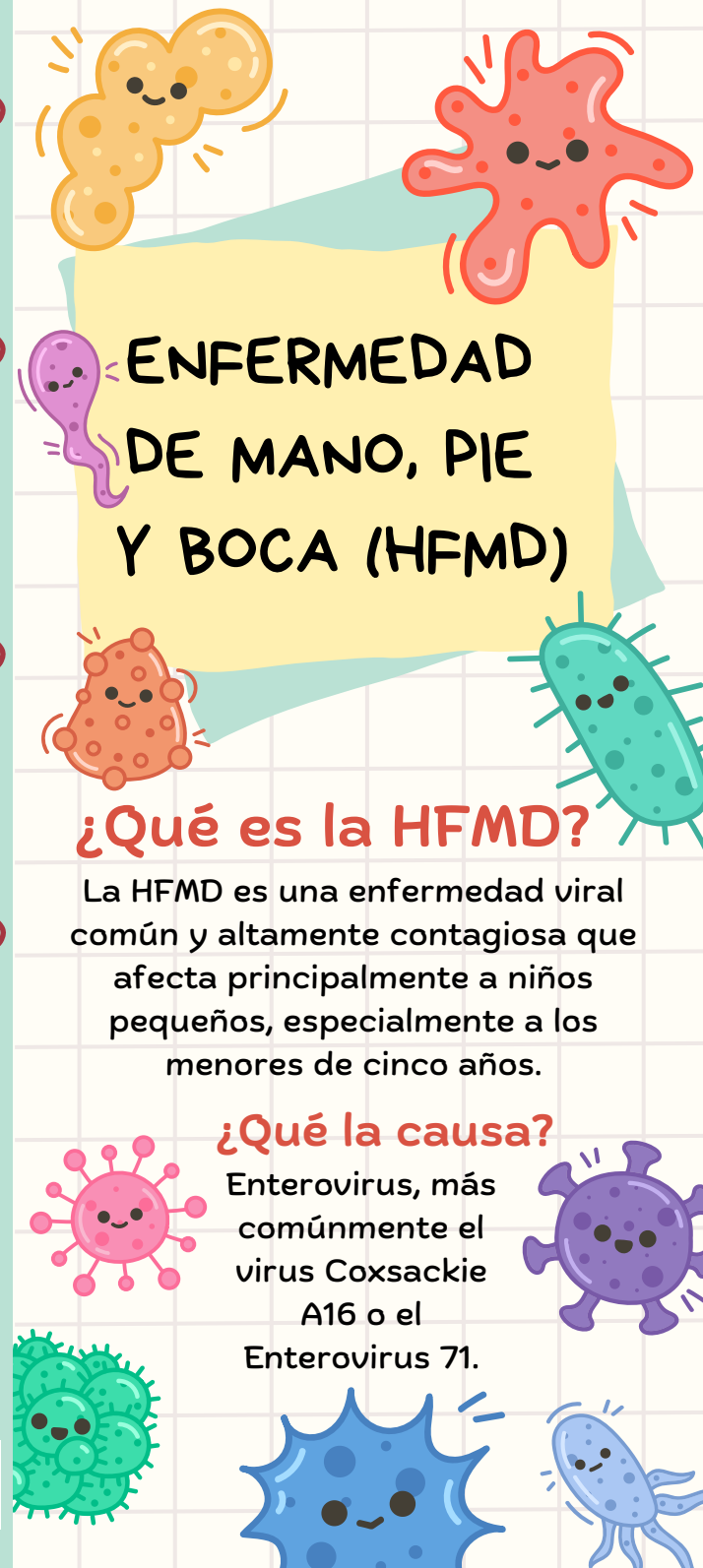


Llame a la enfermera escolar Si tiene alguna pregunta:

(562) 123-4567



**Ramona Preschool
Norwalk-La Mirada
Unified School District**



SÍNTOMAS A LOS QUE DEBE ESTAR ATENTO... ¿CÓMO SE VE?

SIGNOS DE ADVERTENCIA TEMPRANOS (Días 1-2)



Fiebre y dolor de garganta

A menudo son los primeros signos de la enfermedad y aparecen entre 3 y 6 días después de la exposición.

1



Fatiga y poco apetito

Los niños suelen experimentar falta de energía y menor interés en comer.

2

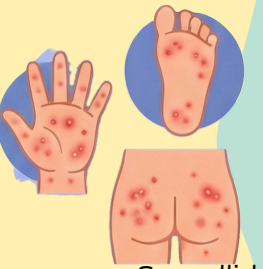
SÍNTOMAS AVANZADOS (Etapa del sarpullido)



Llagas dolorosas en la boca

Pequeñas úlceras dolorosas suelen desarrollarse en la boca y la garganta.

3



Sarpullido característico en la piel

Manchas rojas o ampollas que aparecen en las palmas de las manos, plantas de los pies y glúteos.

4

¿CÓMO SE PROPAGA LA HFMD?



Gotitas respiratorias

El virus se propaga a través de la saliva y el moco liberados al toser o estornudar.



Contacto físico cercano

La transmisión ocurre al besar, abrazar o tener contacto directo con el líquido de las ampollas.



Vía fecal-oral

La propagación ocurre con frecuencia durante el cambio de pañales, el entrenamiento para ir al baño o el contacto con heces infectadas.



Superficies contaminadas

Los gérmenes viven en juguetes compartidos, manijas de puertas y utensilios para comer.

GUÍA PARA CUIDADORES SOBRE EL TRATAMIENTO DE LA HFMD

EL PROCESO DE RECUPERACIÓN



Duración de 7 a 10 días
La mayoría de los niños se recuperan por completo por sí solos en aproximadamente una semana.



Quedarse en casa para proteger a otros
Mantenga a los niños en casa y fuera de la escuela para evitar la propagación del virus a otros compañeros.

CUIDADOS EN CASA Y CONFORT



La hidratación es la prioridad principal
Las llagas dolorosas en la boca dificultan tragar; supervise de cerca la ingesta de líquidos para prevenir la deshidratación.



Enfóquese en el manejo de los síntomas
Concéntrese en mantener al niño cómodo con descanso y cuidados de apoyo en el hogar.



Alivio del dolor y la fiebre
Se puede usar acetaminofén para el dolor leve o fiebre mayor de 100.4°F (38°C).