

## Reminders from the School Health Office

Our school's health clinic specialist/registered nurse is **Mrs. Clegg**. She works in the health office each day from **7:30AM** until **2:50PM**. A health clinic specialist (HCS) works under the direction and supervision of a registered nurse (resource nurse). School staff can contact the school resource nurse at any time for advice or emergencies. HCSs are trained in first aid, cardiopulmonary resuscitation (CPR), use of an external automatic defibrillator (AED), and medication administration. The resource nurse visits the school regularly. Please check the website for the resource nurse for your school. Health office personnel (HCSs and nurses) are not allowed to make a medical diagnosis. If you have an urgent medical concern, please take your child to their personal physician or a medical facility.

- If your child has any significant medical needs, please notify the HCS/RN even if the school has been notified in previous school years. If your child has asthma, diabetes, seizures, life-threatening allergies, or other medical conditions, you and the physician will need to complete a form so the school can understand and address your child's needs. These forms are available on the Loudoun County Public School (LCPS) website. These forms must be updated each school year.
- **School-Sponsored After-School Activities and Sports**  
If your child has diabetes, an epinephrine auto-injector, an inhaler, or other emergency medication at school, please notify the teacher/sponsor that your child has the health concern. Also notify the health clinic specialist/nurse 2 weeks prior to the event. The clinic is closed after dismissal and the HCS/RN is not in the building. Arrangements need to be made to have medication available and to train staff. It is strongly suggested that middle and high school students carry their own inhaler and/or epinephrine auto-injector for quick access to medication. For students to carry an inhaler, the physician must complete and sign the "Asthma Action Plan" giving his/her permission for the student to carry the inhaler, and the parent and student must sign page 3, the "Parent/Student Agreement for Permission to Carry an Inhaler". For students with an epinephrine auto-injector, the physician will need to sign the bottom of the "Allergy Action Plan" and the parent and student will need to sign page 2 under "Agreement for Permission to Self-Administer and/or Carry Epinephrine." For students with diabetes to carry any of their medical supplies, the diabetes form, Part 4: "Permission to Self-Carry and Self-Administer Diabetes Care," will need to be signed by the physician, parent, and student.
- **If your child is ill because of a contagious disease such as the flu, strep throat, chickenpox, etc., it would be helpful to note the reason for the absence when you call the absentee call-line. This will help the school take measures to know the extent of the disease and reduce its spread.**
- Students who have fevers should be kept at home until free of fever for 24 hours. Students who do not feel well should stay home. When students come to school ill, they not only are unable to participate fully in class, but they may also infect other students with their illness.
- A parent or guardian must deliver any medication (prescription or non-prescription) to the school office or health office. **Students may not transport any medication to or from school.** Parents are responsible for picking up any unused medication. Medication remaining in the health office at the end of the year will be destroyed according to state law and LCPS guidelines.
- If your child takes a prescription medication and missing a dose would have serious health consequences (seizure medication, insulin, etc.), it is strongly suggested that a 24-hour supply of the medication be left in the school Health Office in case of a prolonged school day. The medication must be in an original pharmacy-labeled bottle and have a physician's order on file in the health office. The order must give the times during the 24-hour period that the medication is to be administered.
- The HCS/RN must have written instructions from the physician in order to administer **prescription medications**. The instructions should include:
  - student's name;
  - name and purpose of the medication;
  - dosage and time of administration;
  - possible side effects and measures to take if those occur;
  - end date for administering the medication;

- parent/guardian signature giving permission to administer medication and to contact physician, and physician's signature.
  - LCPS will not accept parent/guardian amendments to a physician's order, including any restriction of the principal's designee (HCS/RN) from contacting the physician to clarify the medical order.
  - The "Authorization for Medication Administration" form should be used for physician's orders. Copies of this form as well as other medical forms are available in the school office or at the LCPS website under Student Health Services.
- All prescription medication must be in the original pharmacy bottle with the proper label containing the student's name, medication, dosage, and instructions for administration. Upon request, most pharmacies will provide an extra labeled bottle with the proper amount of medication for school. **Please do not send more than a 60-day supply of medication.**
  - If the HCS/RN needs to administer **non-prescription medication**:
    - it must be provided by the parent/guardian in an original package with the name of the medication and instructions;
    - she must have a note from the parent regarding when and how much medication to administer;
    - she will only give the amount listed on the package for your child's age and weight and for the recommended length of time the student should receive the medication unless she has doctor's orders on the "Authorization for Medication Administration" form to dispense differently; and
    - she cannot administer medication that is not in its original container.
  - For the HCS/RN to give acetaminophen (generic Tylenol) to your child, you must have completed the section on the emergency card that gives permission and sign it. Parents/guardians of elementary students will be contacted before any acetaminophen is given in order to assure that it has not been given at home. Because acetaminophen taken in large amounts over a period of time can cause liver damage, middle and high school students may only receive four doses of acetaminophen in a four-week period. Before a fifth dose is given, the parent/guardian will be contacted.
  - Be sure to keep the "Emergency Information" updated so we can reach you if your child is ill or injured. This can easily be done on-line through the ParentVUE on the LCPS website.
  - All 3<sup>rd</sup>, 7<sup>th</sup>, and 10<sup>th</sup> grade students and students new to LCPS will be screened for vision and hearing during the first 60 days of school. Kindergarten students who did not have distance vision screening or hearing tests within two months of the beginning of school will also be screened.
  - The Commonwealth of Virginia requires that school divisions provide information on scoliosis to parents of students in grades 5-10. The scoliosis flyer on the next two pages is provided by the school at the beginning of each school year.

## Scoliosis

### Curvature of the Spine

**Scoliosis** is an abnormal curving of the spine from side to side often described as an “S” curve. It affects 2% of Americans, mostly adolescents.

### Cause

- The cause is unknown in most cases.
- Girls are affected more often than boys.
- Untreated, severe scoliosis can lead to lung and heart damage, back problems, and distressing cosmetic changes.

### Normal Spine

Has a slight outward curve in the upper back and an inward curve at the waist.

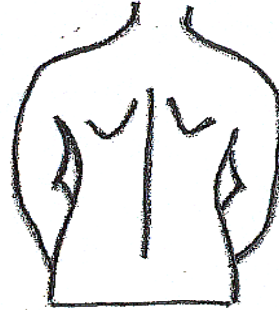
If scoliosis is detected early, then treatment can be started before it becomes a physical or emotional disability.

### Signs

- One shoulder higher than the other
- Scapula (shoulder blade) on one side of the body is higher or more prominent
- One-sided fullness at the waist
- One hip higher than the other
- Unequal rib prominence

### Normal View from Back

Shoulder blades and spine appear straight



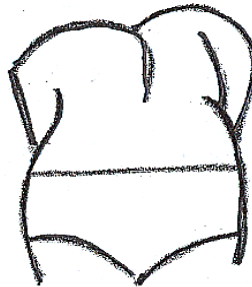
### Abnormal View from Back

The spine curves abnormally to the side



### Abnormal View Bending Forward

Shoulders and/or hips appear uneven



### Symptoms

- Backache or low back pain
- Fatigue
- Maybe none

### How to Check Your Child's Spine

- Stand behind the child.
- Ask child to stand with feet together and bend forward to touch the toes.
- Check that the shoulders and the top of the hips are at the same height, the head is centered, and the rib cage is symmetrical. Note that the waist is even and that the body does not lean to one side.
- It may be helpful to run your hands along the spine to detect any abnormalities.
- Ask the child to stand up, turn around to face you, and to bend down again.
- Repeat the assessment.
- If any lateral curvature is noted, your child needs further evaluation.

### What should be done if any of the signs and symptoms are present?

Contact your primary care physician for an appointment to have your child's back evaluated.

## Recordatorios de la Oficina de Salud Escolar

El/la especialista en salud clínica/enfermero/a registrado/a de nuestra escuela es **Mrs. Clegg**. Trabaja en la oficina de salud todos los días, desde las 7:30AM hasta las 2:50PM. El especialista en salud clínica (ESC) trabaja bajo la dirección y supervisión de un enfermero registrado (ER) (enfermero de apoyo). El personal de la escuela puede ponerse en contacto con el enfermero de apoyo en cualquier momento para solicitar asesoramiento, o en caso de emergencias. Los ESC están capacitados en primeros auxilios, resucitación cardiopulmonar (RCP), uso de desfibriladores externos automáticos (DEA) y administración de medicamentos. El enfermero de apoyo visita la escuela regularmente. Consulte en el sitio web quién es el enfermero de apoyo de su escuela. El personal de la oficina de salud (los ESC y enfermeros) no está autorizado para realizar diagnósticos médicos. Si tiene consulta médica urgente, lleve su hijo a su médico personal o a un centro médico.

- Si su hijo tiene necesidades médicas significativas, por favor notifique al ESC/ER, incluso si la escuela ha sido notificada en años anteriores. Si su hijo sufre de asma, diabetes, epilepsia, alergias con riesgo de vida u otras enfermedades, usted y el médico tendrán que completar un formulario para que la escuela pueda entender las necesidades de su hijo y ocuparse de ellas. Estos formularios están disponibles en el sitio web de las Escuelas Públicas del Condado de Loudoun (LCPS). Estos formularios deben ser actualizados en cada ciclo lectivo.
- **Actividades y deportes extracurriculares patrocinados por la escuela**  
Si su hijo tiene diabetes, un autoinyector de epinefrina, un inhalador u otra medicación de emergencia en la escuela, por favor notifique al maestro/patrocinador sobre la situación de salud de su hijo. Notifique además al especialista en salud clínica/enfermero con 2 semanas de anticipación al evento. La clínica cierra cuando los alumnos son autorizados a retirarse y los ESC/ER no están en el edificio. Es necesario hacer los arreglos pertinentes para que haya medicación disponible y capacitar al personal. Se sugiere encarecidamente que los alumnos de escuela media y secundaria lleven sus propios inhaladores, o autoinyectores de epinefrina, para tener rápido acceso a la medicación. En el caso de los alumnos que llevan un inhalador, el médico debe completar y firmar el "Plan de acción por asma", que autoriza al alumno a llevar el inhalador; el padre y el alumno deben firmar la página 3, el "Acuerdo de autorización de padres/alumnos para llevar inhaladores". En el caso de los alumnos con autoinyectores de epinefrina, el médico tendrá que firmar la parte inferior del "Plan de acción por alergias", y el padre y el alumno deben firmar la página 2, donde dice "Acuerdo de autorización para llevar y autoadministrarse epinefrina". Para que los alumnos con diabetes puedan llevar sus medicamentos, el médico, el padre y el alumno deben firmar la Parte 4 del formulario de diabetes "Autorización para llevar y autoadministrarse atención por diabetes".
- **Si su hijo está enfermo de una enfermedad contagiosa como la gripa, una infección de garganta por estreptococos, varicela, etc., será útil informar el motivo de su ausencia cuando llame a la línea de atención correspondiente. Esto ayudará a que la escuela tome medidas para conocer el grado de difusión de la enfermedad y reducir su diseminación.**
- Los alumnos con fiebre deben quedarse en casa hasta que su temperatura sea normal durante 24 horas. Los alumnos que no se sienten bien, deben quedarse en casa. Cuando los alumnos van a la escuela enfermos, no solo son incapaces de participar bien en clase, sino que además pueden infectar a sus compañeros.
- El padre o tutor debe entregar toda la medicación (recetada o no) a la dirección o la oficina de salud de la escuela. **Los alumnos no pueden transportar ningún tipo de medicación a la escuela o desde ella.** Los padres son responsables de retirar cualquier medicamento que no haya sido utilizado. Los medicamentos que continúen en la oficina de salud al terminar el año serán destruidos según la ley estatal y las normas de las LCPS.
- Si su hijo toma medicamentos recetados y saltear una dosis tendría graves consecuencias de salud para él (medicamentos para la epilepsia, insulina, etc.), se sugiere encarecidamente dejar una provisión del medicamento para 24 horas en la oficina de salud de la escuela, por si el día escolar se prolonga. La

medicación debe entregarse en el envase original, etiquetado por la farmacia, y la oficina de salud debe contar con la receta del médico en sus archivos. La receta debe indicar los horarios de administración del medicamento durante el período de 24 horas.

- Los CES/ER deben tener instrucciones por escrito del médico para administrar **medicamentos recetados**. Las instrucciones deben incluir:
  - el nombre del alumno;
  - el nombre y propósito del medicamento;
  - la dosis y el horario de administración;
  - los posibles efectos colaterales y las medidas necesarias si ocurren;
  - la fecha en que se debe dejar de administrar el medicamento;
  - la firma del padre o tutor, autorizando a administrar la medicación y a contactar al médico, y la firma del médico.
  - Las LCPS no aceptarán enmiendas del padre o tutor en una receta del médico, incluidas restricciones a la persona designada por el director (CES/ER) para contactar al médico y aclarar las indicaciones.
  - Para las indicaciones, los médicos deben usar el formulario de “Autorización para la administración de medicamentos”. En la Dirección de la escuela o el sitio web de las LCPS, podrá encontrar copias de este y otros formularios médicos en la sección de Servicios de Salud para los Alumnos (Student Health Services).
- Todos los medicamentos recetados deben presentarse en sus envases originales de la farmacia con el etiquetado adecuado que contenga el nombre del alumno, el medicamento, la dosis y las instrucciones para su administración. Si lo solicita, la mayoría de las farmacias proporcionan un envase con etiquetado adicional que incluye la cantidad de medicamento adecuada para la escuela. **Por favor, no envíe medicamentos para más de 60 días.**
- Si el CES/ER debe administrar **medicamentos no recetados**:
  - deben ser proporcionados por el padre o tutor en su envase original con el nombre del medicamento y sus instrucciones;
  - debe contar con una nota del padre sobre la cantidad de medicamento a administrar y cuándo hacerlo;
  - solo administrará la cantidad indicada en el envase para la edad y el peso de su hijo, y durante el tiempo recomendado que el alumno debe recibir el medicamento, a menos que cuente con instrucciones del médico en el formulario de “Autorización para la administración de medicamentos” para administrarlo en forma diferente; y
  - no podrá administrar medicamentos que no se encuentren en su envase original.
- Para que el CES/ER administre acetaminofén/paracetamol (Tylenol genérico) a su hijo, usted debe haber completado y firmado la sección que lo autoriza en la tarjeta de emergencia. Los padres o tutores de los alumnos de escuela primaria serán contactados antes de suministrarles acetaminofén, para garantizar que no lo hayan recibido ya en su casa. Debido a que el acetaminofén en grandes cantidades durante un cierto período puede causar daño hepático, los alumnos de escuelas medias y secundarias solo podrán recibir cuatro dosis en un período de cuatro semanas. Antes de suministrar la quinta dosis, se contactará al padre o tutor.
- Asegúrese de mantener actualizada la “Información para emergencias”, para que podamos comunicarnos con usted si su hijo está enfermo o se lastima. Esto puede hacerse fácilmente en línea, a través ParentVue, en el sitio web de las LCPS.
- Todos los alumnos de 3.º, 7.º y 10.º grado y los alumnos nuevos en las LCPS recibirán un examen de visión y audición durante los primeros 60 días de clases. Los alumnos de jardín de infantes que no hayan de visión a distancia y pruebas auditivas dentro de los dos primeros meses de clases, también serán revisados.
- El Estado de Virginia exige que las divisiones escolares proporcionen información sobre escoliosis a los padres de alumnos entre 5.º y 10.º grado. Al principio de cada ciclo lectivo, la escuela entrega el folleto sobre escoliosis que se encuentra en las próximas dos páginas.

## **Escoliosis Curvatura Vertebral**

**Escoliosis** es una curvatura anormal de la espina dorsal que parece la forma "S" y se extiende de lado a lado. Afecta 2% de Americanos, mayormente adolescentes.

### **Causa**

- La causa no es conocida en la gran mayoría de casos.
- Niñas más que niños son afectadas.
- Si no se trata, escoliosis severa puede provocar daño a los pulmones y el corazón, puede causar problemas de la espalda, y cambios drásticos a la postura.

### **Espinal dorsal normal**

Tiene una leve curvatura hacia afuera en la parte de arriba de la espalda y otra hacia adentro en la cintura.

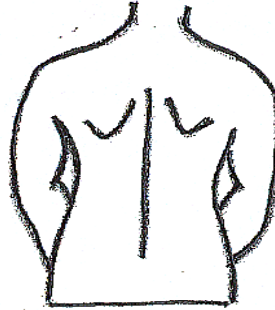
Si la escoliosis es detectada lo antes posible, se puede comenzar tratamiento así evitando que se convierta en una discapacidad física o emocional.

### **Señal**

- Un hombro más alto que el otro
- Escápula(omóplato) en un lado del cuerpo es más alto o más prominente
- El área de la cintura se ve más redondo/lleño
- Una cadera más alta que la otra.
- Desproporción de costilla (sobresalida)

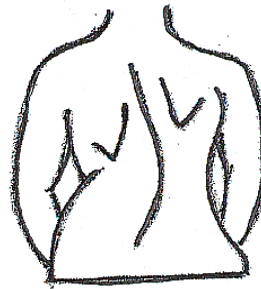
### **Ilustración Normal de la Espalda**

Omóplatos y espina parecen rectos



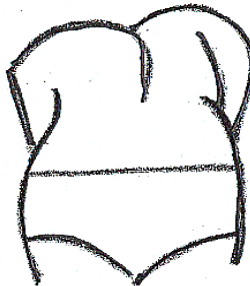
### **Ilustración Anormal de la Espina**

Curva anormal hacia un lado



### **Ilustración Anormal Doblado hacia adelante**

Desigualdad de hombros y/o caderas



### **Síntomas**

- Dolor de espalda/baja
- Fatiga
- Quizás ninguno

### **Como chequear la Espalda de su hijo/a**

- Parece detrás de su hijo/a.
- Pídale que se pare con pies juntos y se doble hacia adelante tocando sus pies.
- Verifique que ambos hombros y caderas estén al mismo nivel/altura, la cabeza en el centro, y las costillas se vean simétricas. Verifique que la cintura parezca simétrica y el cuerpo no se incline hacia un lado.
- El palpar la espina de arriba hacia abajo quizás puede detectar anomalías.
- Pídale que se pare recto frente a frente a usted y nuevamente se doble.
- Repita los pasos arriba.
- Si nota curvatura lateral su hijo/a necesita una evaluación médica.

### **¿Que debo hacer si encuentro algún síntoma o señal?**

Comuníquese con su pediatra o médico para acertar una cita para la evaluación de la espalda de su hijo/a.