

Dear Parent,

The Winnebago County Health Department continues to see confirmed cases of Shigellosis in Winnebago County. The reported cases have mostly been in preschool and school-aged children. Shigellosis is an infection caused by bacteria from someone else's bowel movements, getting onto objects or food that others eat or touch.

**Shigellosis:**

- Is diarrhea (sometimes bloody), fever, abdominal pain and sometimes the feeling to have a stool even when there is no stool to come out. Overall feeling of being sick.
- Usually begins 1 to 2 days after becoming infected with the bacteria.
- Will last about 5 to 7 days.

If you or someone in your family has had the symptoms above, and are still feeling bad, contact your doctor to get help, and please stay home when you are sick.

How do we keep the germs from joining in on our winter fun with family and friends? **By washing hands throughout the day, each day, children and adults alike.**

**Experts agree that washing your hands:** before and after getting your food ready, before and after eating, after coughing and sneezing, and for sure after using the bathroom can really help to keep the germs away and keep your family healthy!

**Teach your children** how to wash your hands and keep the germs away:

- **Wet** your hands with clean, running water (warm or cold), turn off the tap, and apply soap.
- **Lather** your hands by rubbing them together with the soap. Be sure to lather the backs of your hands, between your fingers, and under your nails.
- **Scrub** your hands for at least 20 seconds. Sing the "Happy Birthday" song from beginning to end twice, which will take you about 20 seconds.
- **Rinse** your hands well under clean, running water.
- **Dry** your hands using a clean towel or air dry them.

If you cannot wash your hands with soap and water, use antibacterial hand gel until you can wash with soap and water. Be sure to use the hand wipes at the grocery store and don't touch your nose or mouth without getting your hands cleaned first! Make sure your children are doing the same, don't forget you are the role model to show them how to do it!

For fun check out [Henry the Hand](#) on YouTube to help teach your children about good handwashing!

For more information, visit our website at: [www.wchd.org](http://www.wchd.org). Like us: [facebook.com/Winnebago County Health Department](https://www.facebook.com/WinnebagoCountyHealthDepartment). Follow us: [twitter.com/Winncohealth](https://twitter.com/Winncohealth). Or Contact us at: Winnebago County Health Department phone at 815-720-4000.



Estimando padre de familia,

El Departamento de Salud del Condado de Winnebago continúa reportando más casos confirmados de Shigelosis en el condado de Winnebago. Los casos reportados han sido en su mayoría de niños en edad escolar. La Shigelosis es una infección causada por una bacteria que se transmite de una persona a otra.

Síntomas más comunes de Shigelosis:

- Diarrea (a veces con sangre), fiebre, dolor abdominal y sensación dolorosa de evacuar, (incluso cuando los intestinos están vacíos).
- Por lo general, comienza 1 o 2 días después de contraer la bacteria.
- Tiene una duración de aproximadamente 5 a 7 días.

Si usted o alguien en su familia ha experimentado estos síntomas antes, y todavía se siente mal, consulte a su médico para obtener ayuda, y por favor, quédese en casa cuando esté enfermo.

¿Cómo podemos mantener los gérmenes alejados de las celebraciones de invierno con familiares y amigos? Lavándonos las manos todos los días, niños y adultos por igual.

**Los expertos coinciden en que se deben lavar las manos: antes y después de cada comida, antes y después de comer, después de toser o estornudar, y después de usar el baño, esto realmente puede ayudar a mantener los gérmenes alejados y su familia sana!**

Enseñe a sus hijos a lavarse las manos y mantener los gérmenes alejados.

- **Mojar** las manos con agua limpia (fría o caliente), cerrar el grifo, y aplique jabón.
- **Enjabone** las manos juntas hasta hacer espuma con el jabón. Asegúrese de frotarse toda la mano, entre los dedos y debajo de las uñas.
- **Frote** sus manos durante 20 segundos. Cante la canción de “Feliz Cumpleaños” de principio a fin dos veces, eso le tomara unos 20 segundos.
- **Enjuague** bien las manos con agua limpia.
- **Seque** las manos con una toalla limpia o aire seco.

Si no puede lavarse las manos con agua y jabón, utilice gel anti bacterial para manos hasta que se puede lavar con agua y jabón. Asegúrese de usar las toallitas de mano en la tienda de comestibles y se no toque la nariz o la boca sino se ha limpiado sus manos primero! Asegúrese de que sus hijos sigan su ejemplo, no se olvide usted es el modelo a seguir para mostrarles cómo hacerlo!

Para un ejemplo divertido echa un vistazo al video [Henry the Hand](#) La Mano de Henry en YouTube y enseñe a sus hijos como lavarse bien las manos!

For more information, visit our website at: [www.wchd.org](http://www.wchd.org). Like us: [facebook.com/Winnebago County Health Department](https://www.facebook.com/WinnebagoCountyHealthDepartment). Follow us: [twitter.com/Winncohealth](https://twitter.com/Winncohealth). Or Contact us at: Winnebago County Health Department phone at 815-720-4000.



***Celebrating 160 Years and Beyond***  
401 Division St. P.O. Box 4009 Rockford, IL 61110-0509 (815) 720-4000  
[www.wchd.org](http://www.wchd.org)





***Celebrating 160 Years and Beyond***  
401 Division St. P.O. Box 4009 Rockford, IL 61110-0509 (815) 720-4000  
[www.wchd.org](http://www.wchd.org)

