



Shingles (Zoster)

Your child may have been exposed to this illness on _____.
Date(s)

Please watch your child for symptoms.

If your child has symptoms, please contact your child's healthcare provider.

If my child becomes sick, when can they return to school or child care?

Children with shingles may attend school or child care if the rash is covered. If unable to be covered, children may return when all blisters have crusted over or once able to be covered.

Shingles is an illness caused by the chickenpox virus.

It can cause:

- A painful rash that occurs in a stripe around either the left or right side of the body or on the face
- Fever
- Headache or chills
- Upset stomach

Shingles only occurs in people who have already had chickenpox because the virus goes dormant in the body and can later cause shingles. However, an adult or child with shingles can give chickenpox to someone who has never had chickenpox or been vaccinated. Shingles is less contagious than chickenpox, and the risk of spreading the virus is low if the shingles rash is covered.

Shingles is only contagious to people who have not had chickenpox or the vaccine.

If a person develops chickenpox because of being exposed to shingles, it usually takes 14 to 16 days to get sick, but it can take up to 21 days. Rarely, vaccinated people get sick. If this happens, they usually have milder illness, fewer blisters, and bumps that may not develop into blisters.

How is this illness spread?

This virus is spread by touching the fluid that comes from a sick person's blisters. A person with shingles cannot spread the illness before blisters appear.

What can I do now?

If your child has not had chickenpox or the vaccine, watch your child for symptoms of chickenpox (itchy rash of small bumps, fever, fatigue, headache, loss of appetite). If your child develops symptoms of chickenpox, call their health care provider **before** visiting the clinic or hospital and tell them your child has symptoms of chickenpox. A sick person should not be in a waiting room in a clinic or hospital.

Pregnant women who are not immune to chickenpox, children under 1 year of age, or people with weakened immune systems who have been in contact with someone who has shingles or chickenpox should contact their health care provider immediately.

How can I protect my child from shingles and chickenpox?

Get the chickenpox vaccine. Children usually receive two doses of vaccine, the first at 1 year of age and the second between 4 to 6 years of age. Talk to your child's health care provider for more information.

For more information, contact your health care provider, your School Nurse, the Alameda County Public Health Department at 510-267-3250, or visit: <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/Zoster.aspx> 2025



Herpes zóster

Su hijo(a) pudo haber estado expuesto(a) a esta enfermedad el _____.
Fecha(s)

Por favor, revise si su hijo(a) presenta síntomas.

Si presenta síntomas, comuníquese con el proveedor médico de su hijo(a).

Si mi hijo tiene esta enfermedad, ¿cuándo puede regresar a la escuela o la guardería?

Los niños con herpes zóster pueden asistir a la escuela o guardería si es posible cubrir el sarpullido. Si no es posible cubrirlo, los niños pueden regresar cuando todas las ampollas hayan formado costra o cuando se puedan cubrir.

El herpes zóster es una enfermedad provocada por el virus de la varicela. Los síntomas que puede causar son:

- Una erupción dolorosa que aparece en forma de una franja alrededor del lado izquierdo o derecho del cuerpo o en la cara.
- Fiebre
- Dolor de cabeza o escalofríos
- Malestar estomacal

El herpes zóster solo aparece en personas que ya han tenido varicela porque el virus permanece latente en el cuerpo y más tarde puede causar herpes zóster. Sin embargo, un adulto o un niño con herpes zóster puede contagiar de varicela a alguien que nunca ha tenido la enfermedad o que nunca ha sido vacunado. El herpes zóster es menos contagioso que la varicela. El riesgo de propagar el virus es bajo si se cubre la erupción del herpes zóster. El herpes zóster sólo es contagioso para

personas que no han tenido varicela o que no se han vacunado.

Si una persona desarrolla varicela debido a la exposición al herpes zóster, generalmente tarda entre 14 y 16 días en enfermarse, pero puede tardar hasta 21 días. Casi nunca las personas vacunadas se enferman. Si esto sucede, generalmente la enfermedad es más leve, tienen menos ampollas y protuberancias que no necesariamente se convierten en ampollas.

¿Cómo se propaga esta enfermedad?

Este virus se propaga al tocar el líquido que sale de las ampollas de una persona enferma. Una persona con herpes zóster no puede contagiar la enfermedad antes de que aparezcan las ampollas.

¿Qué puedo hacer ahora?

Si su hijo no ha tenido varicela o no ha recibido la vacuna, esté atento para detectar los síntomas de varicela (sarpullido con picazón y pequeñas protuberancias, fiebre, fatiga, dolor de cabeza, pérdida de apetito). Si su hijo presenta síntomas de varicela, llame a su proveedor médico **antes** de ir a la consulta en la clínica o el hospital y dígasle que su hijo tiene síntomas de varicela. Una persona enferma no debe estar en una sala de espera de una clínica u hospital.

Las mujeres embarazadas que no son inmunes a la varicela, los niños menores de 1 año o las personas con sistemas inmunitarios debilitados que hayan estado en contacto con alguien que tenga herpes zóster o varicela deben comunicarse con su proveedor médico de inmediato.

¿Cómo puedo proteger a mi hijo del herpes zóster y la varicela?

Vacúnese contra la varicela. Los niños generalmente reciben dos dosis de vacuna, la primera al año y la segunda entre los 4 a 6 años de edad. Hable con el proveedor médico de su hijo para obtener más información.

Para obtener más información, comuníquese con su proveedor médico, la enfermera de su escuela o el Departamento de Salud Pública del Condado de Alameda al 510-267-3250, o visite:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/Zoster.aspx>

2025



带状疱疹（Shingles或Zoster）

您的孩子可能于_____接触过本疾病。

日期

请密切观察孩子是否存在相关症状。

如果孩子存在相关症状，请联系其医疗服务提供者。

如果我的孩子生病了，什么时候可以回学校或托育机构？

患带状疱疹的儿童遮盖皮疹后，即可正常上学或参加托育机构。如果皮疹无法遮盖，则需待所有水疱结痂或皮疹能够被遮盖后，方可返回学校或托育机构。

带状疱疹是一种由水痘病毒引起的疾病。

可引发以下症状：

- 疼痛性皮疹，呈条带状分布于身体左侧或右侧或面部
- 发热
- 头痛或寒战
- 胃部不适

只有曾患过水痘的人群才会感染带状疱疹，因为水痘病毒在体内潜伏一段时间后，可能会再次激活引发带状疱疹。不过，患带状疱疹的成人或儿童可将水痘传染给未患过水痘或未曾接种水痘疫苗的人。带状疱疹的传染性低于水痘，遮盖皮疹即可降低病

毒传播风险。带状疱疹仅对未曾患过水痘或未曾接种疫苗的人群具备传染性。

如因接触带状疱疹患者而感染水痘，通常会在接触后 14 至 16 日内发病，但潜伏期最长可达 21 日。接种过水痘疫苗的人极少发病；即便发病，症状也通常较为轻微，水疱数量更少，且丘疹不会发展为水疱。

本病毒如何传播？

本病毒通过接触患者水疱中的液体进行传播。带状疱疹患者在水疱出现前不具有传染性。

我目前可以做些什么？

如果您的孩子未曾患过水痘或未曾接种水痘疫苗，请密切观察其是否出现水痘症状（瘙痒性小丘疹皮疹、发热、乏力、头痛、食欲下降）。如果孩子出现水痘症状，带孩子前往诊所或医院就诊前请提前联系医护人员并告知相关情况。患者不得进入诊所或医院的候诊区。

对水痘无免疫力的孕妇、1岁以下婴儿或免疫力低下者接触带状疱疹或水痘患者后，应立即联系其医疗服务提供者。

如何保护孩子免遭带状疱疹和水痘感染？

接种水痘疫苗。儿童通常需接种两剂疫苗：第一剂在1岁时接种，第二剂在4至6岁时接种。详情请咨询孩子的医疗服务提供者。

如需了解更多信息，请联系孩子的医疗服务提供者、学校护士，或阿拉米达县公共卫生部，电话为：510-267-3250，网址为：<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/Zoster.aspx>

2025