

Mononucleosis

Date:

Dear Parent or Guardian:

Your child may have recently been exposed to **mononucleosis**. Mononucleosis is caused by the Epstein-Barr virus and is commonly known as “mono”.

What are the symptoms of mononucleosis?

Symptoms are usually mild or with no symptoms in young children. Older children and adults may have a fever, sore throat, fatigue, and swollen lymph nodes. These symptoms may last from one to several weeks.

How is mononucleosis spread?

Mononucleosis is spread by person-to-person contact with the saliva of an infected person. This could be through ways such as kissing on the mouth or sharing objects contaminated with saliva (e.g. toys, toothbrushes, cups, bottles).

How is mononucleosis diagnosed and treated?

Mononucleosis is usually diagnosed by a healthcare provider based on the symptoms. A blood test might be done to confirm the diagnosis. No specific treatment is available. Most people with mononucleosis require only general comfort measures to help ease symptoms. It is important to get plenty of rest. Most medical providers recommend that athletes avoid contact sports for the first three to four weeks after getting sick. Talk to your child’s doctor prior to returning to strenuous exercise and sports.

How do you control the spread?

- Wash hands frequently and thoroughly
- Avoid sharing of objects contaminated with saliva such as drinking cups, eating utensils or toys
- Discourage kissing children on the mouth
- Clean and sanitize toys and utensils after each child has used them
- Exclusion of children with mononucleosis from school and childcare is generally not necessary
- If the child is too sick to take part in normal activities, s/he should be kept at home

How do I get more information?

For more information about mononucleosis, contact your healthcare provider.

Mononucleosis

Fecha:

Estimado padre o tutor:

Es posible que su niño haya sido expuesto recientemente a la **mononucleosis**. La mononucleosis es causada por el virus de Epstein-Barr y se conoce comúnmente como "mono".

¿Cuáles son los síntomas de la mononucleosis?

Los síntomas usualmente son ligeros. A veces en los bebés y los niños pequeños, no tienen síntomas. Los niños mayores y los adultos pueden presentar con fiebre, dolor en la garganta, cansancio, y nódulos linfáticos inflamados. Estos síntomas pueden durar de una a varias semanas.

¿Cómo se propaga la mononucleosis?

La mononucleosis se propaga por medio de contacto entre personas con la saliva de una persona infectada. Esto puede ser por medio de besos en la boca o el compartimiento de objetos contaminados con saliva (por ejemplo: juguetes, cepillos de dientes, vasos, botellas).

¿Cómo se diagnostica y trata la mononucleosis?

Un médico diagnostica la mononucleosis basado en los síntomas. Puede confirmar por una prueba de laboratorio de una muestra de sangre. No hay ningún tratamiento específico. La mayoría de las personas con la mononucleosis requieren solo medidas de comodidad para dar alivio a los síntomas. Es importante descansar bastante. La mayoría de los médicos recomiendan que las personas enfermas eviten los deportes de contacto en las primeras semanas de la enfermedad. Hable con el médico antes del niño regresar a los deportes.

¿Cómo se controla la propagación?

- Lávese las manos frecuentemente y a fondo.
- Evita el compartimiento de objetos contaminados con saliva tal como vasos de beber, utensilios de comida y juguetes.
- Disuada a los niños a besar en la boca.
- Limpie los juguetes y los utensilios después de cada uso.
- Generalmente, no se excluyen los niños con la mononucleosis de la escuela o la guardería. Sin embargo, si el niño no puede participar en las actividades normales, debe quedarse en casa.

¿Cómo puedo obtener más información?

Para más información sobre la mononucleosis, puede comunicarse con su médico.