

# Buntis Ka Ba?

**Babala:** Naugnay ang Zika sa mga depekto sa panganganak  
**Walang bakuna laban sa Zika virus na impeksyon**

## Protektahan ang iyong pagbubuntis

### Mula sa Zika galing sa mga kagat ng lamok



#### ★ Pinakamapanganib sa umaga

Ang mga lamok na nagkakat ng Zika ay mapusok sa kinaumagahan kumakagat. Kumakagat din sila sa gabi.

#### Gumamit ng pantaboy ng insekto

Pantaboy Ligtas at epektibo ito! Basahin ang etiketa at sundin ang mga tagubilin.



#### Takpan ang iyong balat

Magsuot ng mga mahahabang manggas na damit at mahahabang pantalon. Upang dagdagan ang proteksyon, lagyan ang mga pananamit ng permethrin.

#### Pangontraan sa mga lamok ang iyong tahanan

Gumamit ng mga screen sa mga bintana at pinto. Gumamit ng air conditioner kapag mayroon. Alisin ang hindi umaagos na tubig.



### Pagkuha ng Zika mula sa pakikipagtalik



#### Huwag makipagtalik

Huwag makipagtalik sa iyong lalakeng kapareha sa panahon ng iyong pagbubuntis.

O

#### Gumamit ng kondom

Gumamit ng kondom sa tamang pamamaraan sa tuwing ikaw ay nakikipagtalik nang vaginal anal o oral sa panahon ng iyong pagbubuntis.



#### Makipag-ugnayan sa iyong tagapagbigay ng tulong sa kalusugan

Kung sa palagay mo na ang iyong kaparehang lalake ay mayroon o nagkaroon ng Zika, ipaalam sa iyong tagapagbigay ng tulong sa kalusugan kung nakigpatalik kang walang gamit na kondom.

Para sa karagdagang impormasyon:

[www.cdc.gov/chikungunya](http://www.cdc.gov/chikungunya)

[www.cdc.gov/dengue](http://www.cdc.gov/dengue)

[www.cdc.gov/zika](http://www.cdc.gov/zika)



**U.S. Department of  
Health and Human Services**  
Centers for Disease  
Control and Prevention