



هل أنت حامل؟

تحذير: يمكن أن يتسبب فيروس زيكا في الإصابة بالصَّعَل أو صغر الرأس وغيرها من تشوهات الدماغ الحادة الأخرى ليست هناك أية تطعيمات لمنع الإصابة بفيروس زيكا



حماية نفسك من خطر التعرض للدغ البعوض



تعد فترة النهار الأكثر خطورة

تعد أنواع البعوض التي تنشر الإصابة بأمراض شيكونغونيا وحمى الضنك وزيكا أكثر الأنواع التي تلدغ أثناء النهار عنفًا. كما يمكن أن تقوم باللدغ أثناء الليل أيضًا.



استخدام منتج طارد للحشرات

إنه فعال!

يمكن البحث عن أحد المكونات الفعالة التالية: ثنائي إيثيل ميتا تولواميد والذي يعرف أيضًا بالديت (DEET)، أو زيت الكافور والليمون أو IR3535 أو الإيكاردين، أو الباراميثان ديول أو 2 - أوندنيكانوني



ارتداء ملابس واقية

عليك ارتداء ملابس بأكمام طويلة مع سراويل طويلة واستخدام أحد المنتجات الطاردة للحشرات. للمزيد من الحماية الإضافية يمكن معالجة الملابس بمادة البيروميثرين.



وقاية منزلك من البعوض

استخدام الستائر على النوافذ والأبواب. استخدام مكيف الهواء إذا كان متوفرًا. الحرص على منع البعوض من وضع بيضه قريبًا من المياه الراكدة.



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

للمزيد من المعلومات:

www.cdc.gov/chikungunya • www.cdc.gov/dengue • www.cdc.gov/zika