

# فيروس زيكا

رسائل إلى الجمهور

## نستطيع أن نقي أنفسنا منه

تُعدّ أواني المياه التي تحمل حتى كميات صغيرة من المياه مواقع مُحتملة للتكاثر. يستطيع البعوض أن يضع بيضه فيها.

احمِ أسرتك من فيروس زيكا وحمي الضنك وسائر الأمراض عن طريق تحديد مواقع تكاثر البعوض المُحتملة والتخلّص منها.

### احمِ نفسك

اتبع تدابير بسيطة لحماية نفسك من لدغات البعوض، والتمس الرعاية والمشورة الطبيتين إذا كنت تعاني من الطفح الجلدي أو الحمى الخفيفة أو التهاب الملتحمة أو ألم أو تورّم المفاصل أو ألم العضلات.

وينبغي للسيدات الحوامل أن يتخذن تدابير احتياطية أخرى مثل تأجيل السفر إلى الأماكن التي ينتشر فيها فيروس زيكا في الوقت الحالي.



ارتدِ ملابس طويلة ذات ألوان فاتحة



نظّف الأواني أو فرّغها من المياه



قم بتغيير المياه مرة كل أسبوع



اقلب الأواني التي تُخزّن فيها المياه على أفواهها



غط الأواني المُستخدمة في تخزين المياه وأحكام إغلاقها



استخدم المواد الطاردة للحشرات



التمس المشورة الطبية في وقت مبكر إذا ظهرت عليك أعراض الإصابة بالحمى



تخلّص من جميع المواقع المُحتملة لتكاثر البعوض

### أمراض عدة، نهج واحد

3 لا ينبغي استخدام المبيدات الحشرية التي تُشكّل ضراباً إلا في أوقات الفاشيات.

4 يجب أن يضطلع القطاع العام والخاص والمنظمات غير الحكومية والأسر والأفراد جميعاً بمسؤولية مشتركة في التخلّص من مواقع تكاثر البعوض للحدّ من ملامسة البعوض للناس.

1 البعوض الذي ينقل مرض فيروس زيكا وحمي الضنك والشيكونغونيا والحمى الصفراء يلدغ أثناء النهار، ويتكاثر غالباً في الأواني الصغيرة أو المتوسطة الحجم.

2 التخلّص من مواقع التكاثر أو تعديلها أدوات روتينية لمكافحة البعوض.