



SPUNTIAMOLA

Come difendersi da zanzare e altri insetti

How to protect yourself from mosquitoes and other insects

Comment se protéger des moustiques et autres insectes

Cómo protegerse de los mosquitos y otros insectos

Como se proteger de mosquitos e outros insetos

如何保护自己免受蚊虫侵害

كيف تحمي نفسك من البعوض والحشرات الأخرى

Spuntiamola - come difendersi da zanzare e altri insetti

Coordinamento

Area Comunicazione Salute Direzione cura della persona,
salute e welfare Regione Emilia-Romagna

Progetto Grafico e impaginazione

kitchen

Illustrazioni

Gabriele Calvi

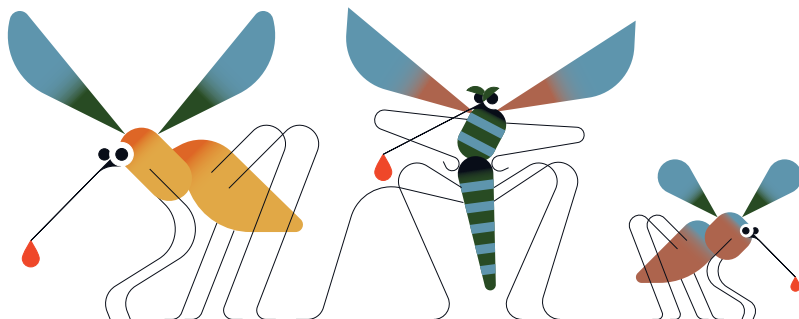
Stampa

Pazzini Stampatore Editore

SOMMARIO

Come difendersi da zanzare e altri insetti	4
How to protect yourself from mosquitoes and other insects	8
Comment se protéger des moustiques et autres insectes	12
Cómo protegerse de los mosquitos y otros insectos	16
Como se proteger de mosquitos e outros insetos	20
如何保护自己免受蚊虫侵害	24
كيف تحمي نفسك من البعوض والحشرات الأخرى	28

COME DIFENDERSI DA ZANZARE E ALTRI INSETTI



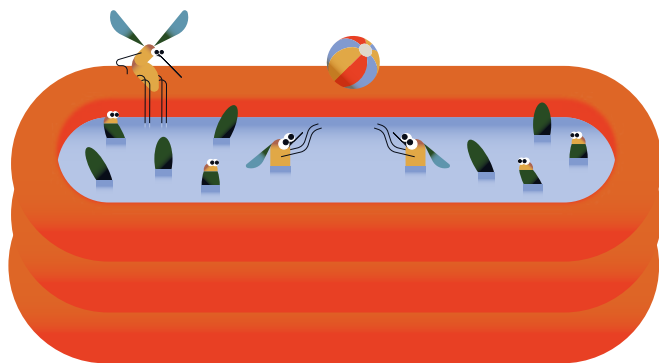
Per ridurre al minimo la presenza di zanzare e prevenire la diffusione di malattie come Dengue, Chikungunya o la febbre da Zika Virus, la Regione Emilia-Romagna ha adottato uno specifico piano di interventi. La lotta alla zanzara tigre è un elemento decisivo della strategia di prevenzione e controllo di queste malattie, così come la protezione dalle punture in ogni situazione in cui le zanzare sono presenti.

Partecipa alla lotta contro la zanzara

I Comuni, con il supporto della Regione Emilia-Romagna, hanno intensificato i piani di lotta e di disinfestazione. Ma la disinfestazione delle sole aree pubbliche non basta. Solo un intervento collettivo può portare a risultati concreti: ridurre al minimo possibile la presenza di zanzare e, di conseguenza, ridurre al minimo la possibilità di infezioni da virus.

Evita i ristagni d'acqua e usa i prodotti larvicidi

La zanzara tigre depone le uova in contenitori in cui è presente acqua stagnante. Al momento della schiusa delle uova, l'insetto ha bisogno di pochissima acqua per la trasformazione in adulto. Un sottovaso, un tombino,



un secchio, un telone di copertura, una cisterna... sono tutti luoghi ideali per lo sviluppo delle larve di zanzara. Per questo devi eliminare tutti i possibili contenitori di acqua all'aperto e usare i prodotti larvicidi per i ristagni non eliminabili (tombini). I prodotti larvicidi sono facilmente reperibili nei supermercati, nei negozi specializzati, nelle farmacie. Usali periodicamente, secondo le indicazioni riportate nelle etichette.

QUALCHE CONSIGLIO PER EVITARE LA DIFFUSIONE DELLE ZANZARE



ELIMINA I SOTTOVASI E DOVENON È POSSIBILE EVITA IL RISTAGNO D'ACQUA AL LORO INTERNO



PULISCI ACCURATAMENTE I TOMBINI, METTI I LARVICIDI E COPRILI CON UNA RETE ZANZARIERA



RIMUOVI SEMPRE GLI SFALCI D'ERBA E TIENI IL GIARDINO PULITO



NON LASCIARE GLI ANNAFFIATOI E I SECCHI CON L'APERTURA RIVOLTA VERSO L'ALTO



CONTROLLA PERIODICAMENTE LE GRONDAIE MANTENENDOLE PULITE E NON OSTRUITE



TIENI PULITE FONTANE E VASCHE ORNAMENTALI. PUOI INTRODURRE PESCI ROSSI CHE SI NUTRONO DI LARVE DI ZANZARA TIGRE



SVUOTA
SETTIMANALMENTE
ETIENI PULITI GLI
ABBEVERatoi E LE
CIOTOLE PER L'ACQUA
DEGLI ANIMALI
DOMESTICI



NON LASCIARE LE
PISCINE GONFIABILI
E ALTRI GIOCHI IN
GIARDINO PIENI
D'ACQUA



COPRI LE CISTERNE E
TUTTI I CONTENITORI
DOVE SI RACCOGLIE
L'ACQUA PIOVANA



NEI CIMITERI PULISCI
PERIODICAMENTE
E CON CURA I VASI
PORTAFIORI, CAMBIA DI
FREQUENTE L'ACQUA
DEI VASI O TRATTALA
CON PRODOTTI
LARVICIDI

Proteggi te stesso: evita di farti pungere

Quando stai all'aperto in zone ricche di vegetazione ricorda che la zanzara tigre è attratta dai colori scuri e dai profumi, evita di lasciare parti del corpo scoperte e usa repellenti sulla pelle e sugli abiti (con cautela nei bambini e nelle donne incinte).

Usa diffusori di insetticidi negli ambienti chiusi avendo cura di arieggiare. Per utilizzare questi prodotti in modo sicuro è fondamentale rispettare dosi e modalità riportate nelle istruzioni in etichetta.

Se hai rischiato l'esposizione alla puntura di zanzara tigre, e nei

giorni successivi all'esposizione si manifestano sintomi di tipo influenzale accompagnati da forti dolori articolari e eventuali manifestazioni cutanee diffuse, consulta subito un medico.





Viaggi sicuri: prendi tutte le precauzioni

I virus che causano la Dengue, la Chikungunya e la malattia da Zika virus sono presenti in Africa, nel Sud-est asiatico, nel Subcontinente indiano e nell'area dell'Oceano Indiano, in America Centrale e in Sud America, nei territori dell'Oceano Pacifico.

Se intendi intraprendere un viaggio in queste zone devi adottare le precauzioni necessarie per difenderti dalle punture delle zanzare.

Al rientro dal viaggio, in caso di febbre, soprattutto se accompagnata da dolori articolari, rivolgiti subito a un medico segnalando il Paese che hai visitato.

INFÒRMATI

Numero verde

800 033 033

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE

dal lunedì al venerdì, ore 8.30 - 18.00

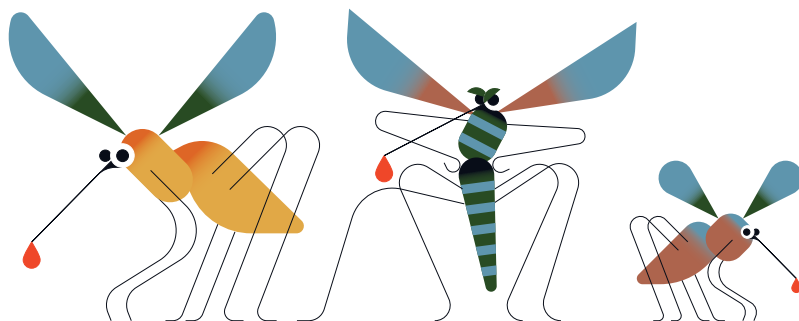
sabato, ore 8.30 - 13.00

Gli operatori possono metterti in contatto con i Dipartimenti di sanità pubblica della tua Azienda Usl oppure puoi rivolgerti al tuo Comune di residenza. Consulta anche il sito:

zanzaratigreonline.it



HOW TO PROTECT YOURSELF FROM MOSQUITOES AND OTHER INSECTS



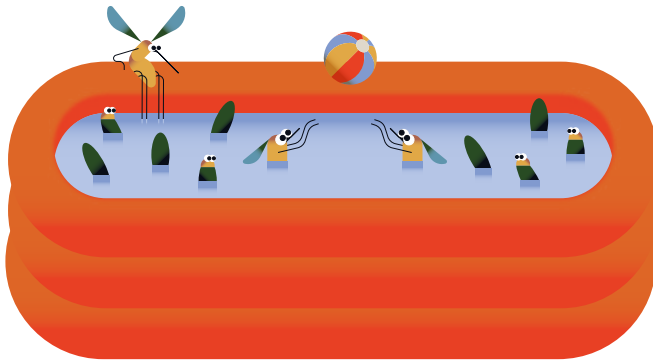
The Emilia-Romagna Region has developed and implemented a special plan to minimise the presence of mosquitoes and prevent the spread of viruses such as Chikungunya, Dengue or Zika. Control of the tiger mosquito is a key part of the strategy to prevent and control these diseases, as is protecting yourself against bites wherever tiger mosquitoes can be found.

Help us to defeat the tiger mosquito

Regional Administration, have intensified their pest control plans. However, disinfestation of public places alone is not enough. Only collective action can provide concrete results: minimising the number of mosquitoes and, consequently, the risk of virus infections.

Prevent water stagnation and use larvicides

Tiger mosquitoes lay their eggs in containers where stagnant water is present. When the eggs hatch, the insect needs very little water to grow into a full adult. Saucers, drains, buckets, tarpaulin covers and tanks are ideal places for mosquito larvae to grow. Therefore, make sure to leave no stagnating water in containers outdoors and apply larvicides where stagnated water



cannot be removed (such as in storm drains). Larvicides are readily available in supermarkets, pharmacies and specialised shops. Use them regularly, as directed by the label instructions.

TIPS ON HOW TO PREVENT THE SPREAD OF MOSQUITOES



DO NOT USE SAUCERS AND, DO NOT LET WATER STAGNATE IN THOSE YOU CANNOT REMOVE



THOROUGHLY CLEAN DRAINS, APPLY LARVICIDE AND COVER THEM WITH A MOSQUITO NET



ALWAYS REMOVE GRASS CLIPPINGS AND KEEP THE GARDEN CLEAN



DO NOT LEAVE WATERING CANS OR BUCKETS STANDING UPRIGHT



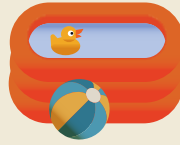
INSPECT GUTTERS REGULARLY AND KEEP THEM CLEAN AND UNOBSTRUCTED



KEEP ORNAMENTAL PONDS AND FOUNTAINS CLEAN. YOU CAN INTRODUCE GOLDFISH THAT FEED ON TIGER MOSQUITO LARVAE



CHANGE THE WATER IN THE DRINKING BOWLS AND TROUGHS OF PETS AND KEEP THEM CLEAN



DO NOT LEAVE INFLATABLE PADDLING POOLS AND OTHER TOYS OUTSIDE FILLED WITH WATER



COVER ALL RAINWATER COLLECTION TANKS AND CONTAINERS WITH A LID



IN CEMETERIES, REGULARLY AND CAREFULLY CLEAN FLOWER VASES, CHANGE WATER OR ADD LARVICIDES

Protect yourself: avoid bites

When outdoors in areas with a lot of vegetation, always remember that tiger mosquitoes are attracted by dark colours and strong scents; do not leave any skin exposed and use mosquito repellents on your skin and clothes (to be used with caution on children and pregnant women).

Use insecticide diffusers indoors, taking care to ventilate. Always comply with the instructions for use and safety procedures.

Should you experience flu-like symptoms (strong joint pain and widespread skin rashes) after being exposed to the risk of a tiger mosquito bite, call a doctor immediately.





Travel safely and take all necessary precautions

The viruses that cause dengue, chikungunya and zika diseases can be found in Africa, South-East Asia, the Indian Subcontinent and Indian Ocean area, Central and South America and the Pacific Ocean territories.

If you are travelling in these areas, always take the necessary precautions to protect yourself against tiger mosquito bites.

After returning from your trip, if you develop a fever and especially if accompanied by joint pain, call a doctor at once and inform them about the country you have been to.

FOR INFORMATION

Toll-free number

800 033 033

**EMILIA-ROMAGNA REGIONAL
HEALTH SERVICE**

Monday to Friday, 8.30 a.m. to 6.00 p.m.

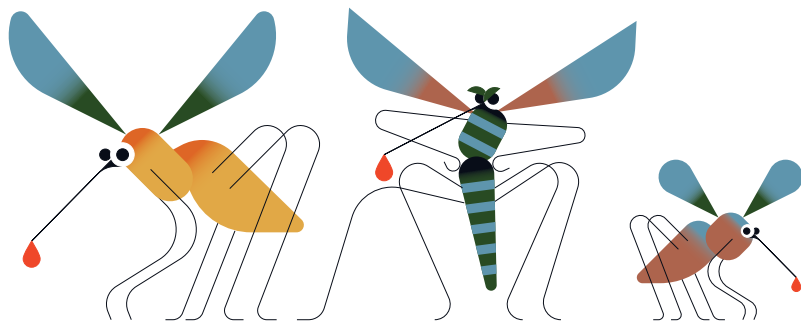
Saturday, 8.30 a.m. to 1.00 p.m

Operators can put you in touch with the Public Health Departments of your local health authority or you can contact your Municipality of residence. See also the website:

zanzaratigreonline.it



COMMENT SE PROTÉGER DES MOUSTIQUES ET AUTRES INSECTES



Pour réduire au minimum la présence des moustiques et prévenir la diffusion de maladies comme la dengue, le chikungunya ou la fièvre Zika, la Région Émilie-Romagne a adopté un plan d'intervention spécifique. La lutte contre le moustique tigre est un élément-clé de la stratégie de prévention et de contrôle de ces maladies, comme la protection contre les piqûres partout où ce moustique est présent.

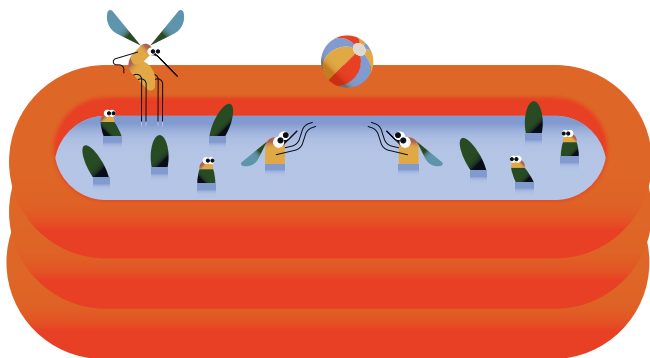
Participons à la lutte contre le moustique

Les communes, avec le soutien de la Région Émilie-Romagne, ont intensifié leurs plans de lutte et de désinsectisation. Mais la seule désinsectisation des lieux publics ne suffit pas. Seule une intervention collective peut donner des résultats concrets : réduire au minimum la présence de moustiques, et par conséquent, minimiser le plus possible le risque d'infection par les virus.

Évitons les stagnations d'eau et utilisons des produits larvicides

Évitons les stagnations d'eau et utilisons des produits larvicides

Le moustique tigre dépose ses œufs dans les récipients où de l'eau stagnante est présente. Au moment de l'éclosion des œufs, l'insecte a besoin de très peu d'eau pour se transformer en adulte. Les soucoupes, égouts, seaux, bâches



plastiques, réservoirs d'eau... sont des lieux propices au développement des larves de moustique. Il faut donc éviter toute stagnation d'eau. Éliminons tout éventuel récipient d'eau en plein air et utilisons des produits larvicides si l'eau stagnante ne peut être éliminée (égouts, caniveaux de drainage...). On trouve facilement des produits larvicides dans les supermarchés, les magasins spécialisés et les pharmacies. Utilisons-les périodiquement en suivant les indications qui figurent sur les étiquettes.

QUELQUES CONSEILS POUR ÉVITER LA PROLIFÉRATION DES MOUSTIQUES



ÉLIMINEZ LES SOUCOUPES SOUS LES PLANTES, ET LORSQUE CE N'EST PAS POSSIBLE, ÉVITEZ D'Y LAISSER STAGNER L'EAU



NETTOYEZ SOIGNEUSEMENT LES BOUCHES D'ÉGOUTS, UTILISEZ DES LARVICES ET COUVREZ-LES D'UNE MOUSTIQUAIRE



ÉLIMINEZ TOUJOURS L'HERBE FAUCHÉE ET MAINTENEZ PROPRES LES JARDIN



NE LAISSEZ PAS LES ARROISIRS ET LES SEAUX AVEC L'OUVERTURE Tournée VERS LE HAUT



CONTRÔLEZ PÉRIODIQUEMENT LES GOUTTIÈRES EN LES MAINTENANT LIBRES ET PROPRES



NETTOYEZ LES FONTAINES ET LES BASSINS ORNEMENTAUX ; AU BESOIN, METTEZ-Y DES POISSONS ROUGES QUI MANGENT LES LARVES DE MOUSTIQUE



VIDEZ FRÉQUEMMENT
LES SOUCOUPES
ET GAMELLES
D'EAU DES ANIMAUX
DOMESTIQUES



NE LAISSEZ PAS LES
PISCINES GONFLABLES
ET AUTRES JEUX DANS
LE JARDIN POUR ÉVITER
QU'ILS SE REMPLISSENT
D'EAU DE PLUIE



COUVREZ LES
RÉSERVOIRS ET TOUS
LES RÉCIPIENTS
UTILISÉS POUR LA
RÉCUPÉRATION DE
L'EAU DE PLUIE



DANS LES CIMETIÈRES,
NETTOYEZ SOIGNEU-
SEMENT LES VASES
DE FLEURS, CHANGEZ
FRÉQUEMMENT L'EAU OU
TRAITEZ-LA AVEC DES
PRODUITS

Protégeons-nous : évitons de nous faire piquer

En plein air et dans les zones denses de végétation, n'oublions pas que le moustique tigre est attiré par les couleurs foncées et par les parfums. Évitez de laisser des parties du corps découvertes et utilisons des répulsifs sur la peau et les vêtements (les enfants et les femmes enceintes doivent les utiliser avec précaution). Dans les lieux fermés, utilisons des diffuseurs d'insecticides. Pour une utilisation sûre de ces produits, il est important de respecter les doses et les modalités indiquées sur l'étiquette.



En cas d'exposition au risque de piqûres de moustique tigre, et d'apparition les jours suivants de symptômes de type grippal, accompagnés de fortes douleurs articulaires, voire d'éruptions cutanées diffuses, vous devez consulter rapidement un médecin.



Voyageons en sécurité : prenons toutes les précautions

Les virus responsables de la dengue, du chikungunya et du Zika sont présents en Afrique, en Asie du sud-est, dans le souscontinent indien et dans l'océan Indien, en Amérique centrale et du sud, et dans l'océan Pacifique. Si vous avez l'intention de voyager dans ces régions, vous devrez adopter les précautions nécessaires pour vous protéger des piqûres de moustiques. En cas de fièvre à votre retour, surtout si elle est accompagnée de douleurs articulaires, il est recommandé de contacter immédiatement un médecin en l'informant du pays que vous venez de visiter.

RENSEIGNONS-NOUS

Numéro vert gratuit

800 033 033

**SERVICE SANITAIRE RÉGIONAL
DE L'ÉMILIE-ROMAGNE**

du lundi au vendredi de 8 h 30 à 18 h 00

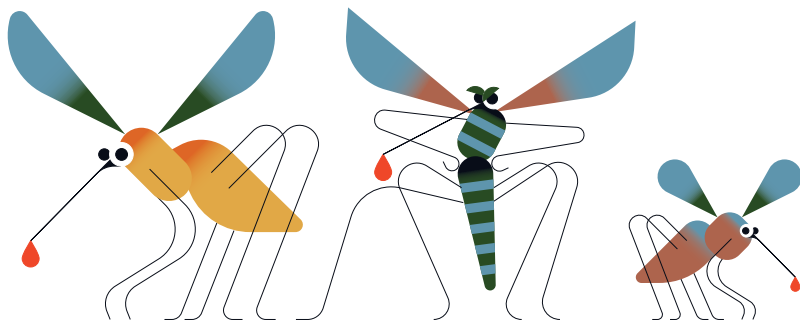
le samedi de 8 h 30 à 13 h 00

Au besoin, les opérateurs peuvent vous mettre en contact avec le Département de santé publique de l'AUSL, ou vous pouvez contacter la Mairie de votre lieu de résidence. Voir également le site :

zanzaratigreonline.it



CÓMO PROTEGERSE DE LOS MOSQUITOS Y OTROS INSECTOS



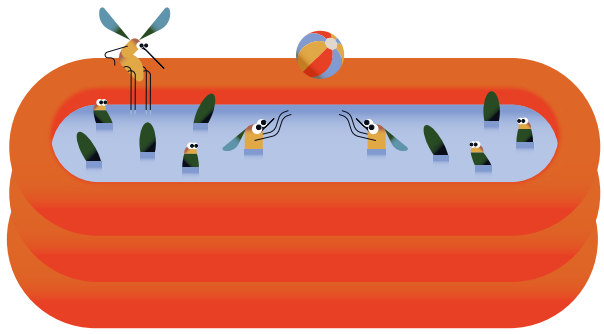
Para reducir al máximo la presencia de este insecto y prevenir la difusión de enfermedades como la del chikungunya, el dengue o el zika, la Administración pública de la región de Emilia-Romaña ha adoptado un plan específico de intervenciones. La lucha contra el mosquito tigre es un factor determinante en la estrategia de prevención y control de estas enfermedades, como también la protección contra posibles picaduras en cualquier situación en la que se hallen presentes los mosquitos.

Participa en la lucha contra el mosquito

Los ayuntamientos, con el apoyo de la Administración regional de Emilia-Romaña, han intensificado los planes de lucha y desinfección. Sin embargo, la desinfección de las áreas públicas no es suficiente. Solo una intervención colectiva puede llevar a resultados concretos: disminuir al máximo la presencia de mosquitos y, así, reducir al mínimo la posibilidad de infecciones debidas a virus.

Evita las aguas estancadas y usa productos larvicidas

El mosquito tigre deposita los huevos en recipientes con agua estancada. En el momento de la eclosión de los huevos, el insecto necesita muy poca agua



para transformarse en adulto. Un posamacetas, un desagüe, un cubo, una lona, una cisterna...

son todos lugares ideales para el desarrollo de las larvas de mosquito. Por ello es necesario eliminar todos los posibles recipientes de agua al aire libre y usar productos larvicidas en el agua estancada no eliminable (desagües). Los productos larvicidas se pueden encontrar fácilmente en supermercados, tiendas especializadas y farmacias. Úsalos periódicamente conforme a las instrucciones indicadas en la etiqueta del producto.

CONSEJOS PARA EVITAR LA PROPAGACIÓN DE MOSQUITOS



ELIMINA LOS POSAMACETAS Y, SI NO ES POSIBLE, EVITA EL AGUA ESTANCADA EN SU INTERIOR



LIMPIA A FONDO LOS DESAGÜES, AÑADE UN PRODUCTO LARVICIDA Y CÚBRELOS CON UNA MOSQUITERA



ELIMINA SIEMPRE LOS RESTOS DE CÉSPED Y MANTÉN EL JARDÍN LIMPIO



NO DEJES REGADERAS NI CUBOS CON LA ABERTURA DIRIGIDA HACIA ARRIBA



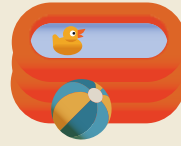
CONTROLA PERIÓDICAMENTE LOS CANALONES MANTIÉNDOLOS LIMPIOS Y LIBRES DE OBSTRUCCIONES



MANTÉN LIMPIAS FUENTES Y JARDINERAS. PUEDES PONER PECES ROJOS QUE SE ALIMENTAN DE LARVAS DE MOSQUITO



VACÍA TODAS LAS SEMANAS ABREVADEROS Y CUENCOS DE AGUA PARA ANIMALES



NO DEJES LAS PISCINAS HINCHABLES Y DEMAS JUEGOS CON AGUA EN EL JARDÍN



TAPA LAS CISTERNAS Y LOS RECIPIENTES USADOS PARA RECOGER EL AGUA DE LA LLUVIA



EN LOS CEMENTERIOS, LIMPIA A FONDO Y PERIÓDICAMENTE LOS FLOREROS, CAMBIA EL AGUA DE LOS JARRONES A MENUDO O TRÁTALA CON PRODUCTOS LARVICIDAS

Protégete: evita las picaduras

Cuando estés al aire libre en zonas con vegetación abundante, recuerda que el mosquito tigre se siente atraído por los colores oscuros y los perfumes, evita dejar partes del cuerpo descubiertas y aplica repelentes en la piel y la ropa (con precaución en niños y mujeres embarazadas).

Usa difusores insecticidas en los lugares cerrados y ventila. Para usar estos productos de manera segura es fundamental respetar las dosis y los modos de empleo indicados en las instrucciones.

Si te has expuesto a la picadura de mosquito tigre y en los días siguientes tienes síntomas gripales

acompañados de fuerte dolor articular y eventuales manifestaciones cutáneas extendidas, consulta a un médico de inmediato.





Viajes seguros: toma todas las precauciones

Los virus que causan el dengue, el chikungunya y el virus de zika están presentes en África, sudeste asiático, subcontinente indio y en el océano Índico, América Central y Sudamérica y en territorios del océano Pacífico. Si tienes previsto emprender un viaje a estas zonas, toma las precauciones necesarias para protegerte de las picaduras de los mosquitos.

Al regresar del viaje, en caso de fiebre, sobre todo si va acompañada de dolor articular, consulta en seguida a un médico y dile qué país has visitado.

INFÓRMATE

NÚMERO VERDE GRATUITO
800 033 033

SERVICIO SANITARIO REGIONAL
DE EMILIA-ROMAÑA

de lunes a viernes,
de 8,30 a 18,00 horas
sábados, de 8,30 a 13,00 horas

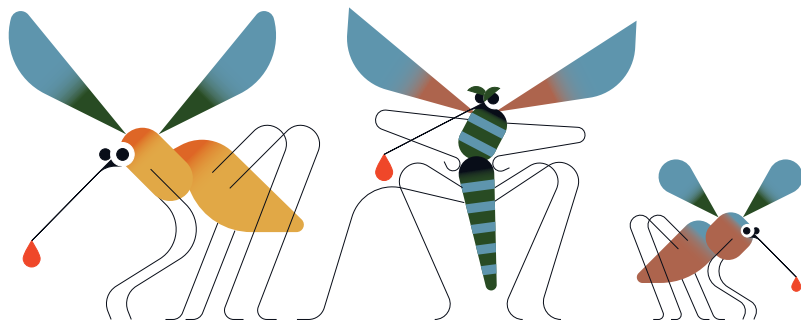
Los operadores pueden ponerte en contacto con los Departamentos de Salud Pública de tu autoridad sanitaria local o puedes ponerte en contacto con tu municipio de residencia.

Consulta también el sitio web

zanzaratigreonline.it



COMO SE PROTEGER DE MOSQUITOS E OUTROS INSETOS



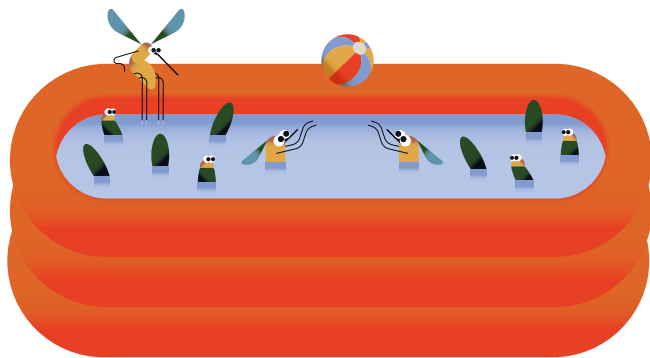
Para reduzir ao mínimo a presença de mosquitos, e prevenir a difusão de doenças como Dengue, Chikungunya ou o vírus da febre do Zika, a Região Emília-Romanha adotou um plano específico de intervenções. A luta contra o mosquito-tigre é um elemento decisivo da estratégia de prevenção e controle dessas doenças, assim como na proteção das picadas em todas as situações nas quais houver mosquitos.

Participe do combate ao mosquito

Os municípios, com o apoio da região Emília-Romanha, intensificaram os programas de combate e desinfestação. Mas a desinfestação apenas das áreas públicas não é suficiente. Somente uma ação conjunta pode levar a resultados concretos: redução ao mínimo possível da presença de mosquitos e, assim, redução ao mínimo possível das possibilidades de contágio por vírus.

Evite ter água parada e utilize produtos larvicidas

O mosquito-tigre bota os ovos em recipientes que contêm água parada. Quando o ovo se abre, o inseto precisa de pouquíssima água para se tornar adulto. Um pratinho embaixo de um vaso, um bueiro, um balde, uma lona de



cobertura, uma cisterna... são todos lugares ideais para o desenvolvimento das larvas de mosquito. Por isso é muito importante evitar ter recipientes com água ao ar livre, e usar produtos larvicidas quando não for possível evitar água parada (como nos bueiros). É fácil encontrar produtos larvicidas nos supermercados, lojas especializadas e farmácias. Utilize-os periodicamente seguindo as instruções indicadas no rótulo.

ALGUNS CONSELHOS PARA EVITAR A PROLIFERAÇÃO DO MOSQUITO



NÃO DEIXE PRATINHOS EMBAIXO DE VASOS E, SE ISSO NÃO FOR POSSÍVEL, NÃO DEIXE ÁGUA PARADA NELES



LIMPE CUIDADOSAMENTE OS BUEIROS E CUBRA-OS COM REDE MOSQUETEIRA



RECOLHA SEMPRE A GRAMA APARADA E MANTENHA O JARDIM LIMPO



NÃO DEIXE REGADORES E BALDES COM A ABERTURA VIRADA PARA CIMA



INSPECIONE PERIODICAMENTE AS CALHAS DO TELHADO E MANTENHA-AS LIMPAS E NÃO ENTUPIDAS



MANTENHA LIMPAS AS FONTES E OS LAGOS ORNAMENTAIS. PODE CRIAR PEIXINHOS VERMELHOS NELES PORQUE SE NUTREM DE LARVAS DE MOSQUITOS-TIGRE



SEMANALMENTE
ESVAZIE E LIMPE OS
BEBEDOUROS E AS
TIGELAS COM ÁGUA
DE BEBER PARA OS
ANIMAIS DOMÉSTICOS



NÃO DEIXE AS PISCINAS
INFLÁVEIS NEM
OUTROS BRINQUEDOS
NO JARDIM COM ÁGUA
DENTRO



CUBRAS
CISTERNAS E TODOS
OS RECIPIENTES
UTILIZADOS PARA
COLETAR ÁGUA DA
CHUVA



NOS CEMITÉRIOS, LIMPE
PERIODICAMENTE COM
CUIDADO OS VASOS DE
FLORES, TROQUE FRE-
QUENTEMENTE A ÁGUA
DOS VASOS OU TRATE-A
COM PRODUTOS LAR-
VICIDAS

Proteja-se das picadas: evite ser picado

Quando estiver ao ar livre em áreas com muita vegetação, lembre-se de que o mosquito-tigre é atraído pelas cores escuras e por perfumes, evite deixar partes do corpo descobertas e aplique repelente na pele e nas roupas (com cuidado nas crianças e mulheres grávidas). Utilize difusores de inseticidas nos ambientes fechados, com ventilação apropriada. Para utilizar estes produtos com segurança, é fundamental respeitar as doses e instruções indicadas no rótulo.

Se houve risco de exposição a picadas e nos dias seguintes tiver sintomas parecidos com os da gripe, acompanhados de fortes dores nas articulações e às vezes erupções na pele pelo corpo, dirija-se imediatamente a um médico.





Viagens seguras: tome todas as precauções

Os vírus que causam a Dengue, Chikungunya e doença do vírus de Zika estão presentes na África, no sudeste da Ásia, no subcontinente indiano e na área do oceano Índico, na América Central e na América do Sul, nos territórios do oceano Pacífico.

Se estiver programando uma viagem a estas regiões, adote as precauções necessárias para se defender das picadas dos mosquitos. Se tiver febre na volta da viagem, principalmente se acompanhada de dores articulares, é importante procurar imediatamente um médico e dizer-lhe em que país esteve.

INFORME-SE

NÚMERO VERDE GRATUITO
800 033 033

SERVIÇO SANITÁRIO REGIONAL
DA EMÍLIA-ROMANHA

de segunda a sexta-feira, das 8:30 às
18:00

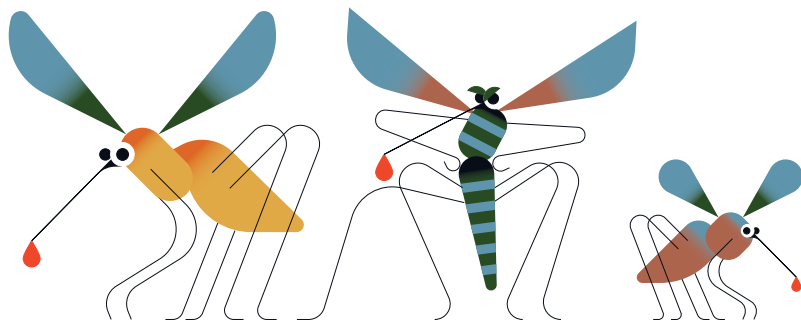
sábado das 8:30 às 13:00

O atendimento pode colocar-lhe em contato com o Departamento da Saúde Pública da sua unidade Usl, também pode dirigir-se ao município de residência. Consulte também o site na Internet:

zanzaratigreonline.it



如何保护自己免受蚊虫侵害



为了尽量减少蚊虫数量并防止登革热病毒、基孔肯雅病毒以及寨卡病毒等疾病的传播，艾米利亚 – 罗马涅大区采取了一项具体的干预计划。防治虎蚊是预防和控制这些疾病传播的决定性因素，也是在任何地方免受蚊虫叮咬的决定性因素。

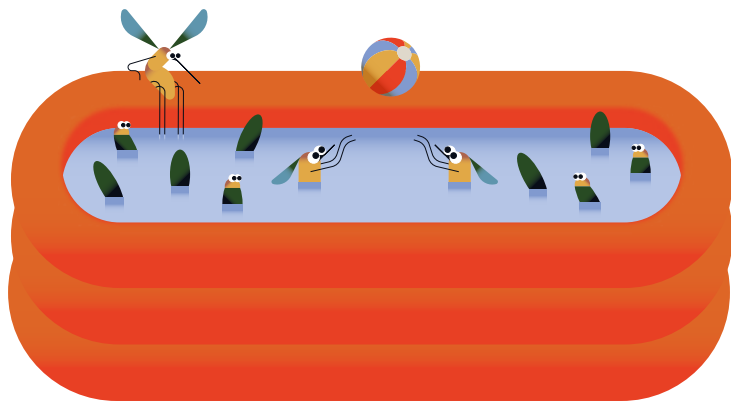
加入到对抗虎蚊的斗争中

在艾米利亚 – 罗马涅大区的支持下，各级市政加强了虫害防治计划。但仅对公共区域进行消毒是不够的。只有共同参与才能获得实质性的效果，最大程度地减少蚊虫数量，从而将病毒感染的可能性降至最低。

避免积水，使用杀幼虫剂

虎蚊会将蚊卵产在有积水的容器中。蚊卵孵化时，只需少量的水就能变为成虫。花盆托盘、下水道盖子、水桶、防雨布篷、水池...这些都是滋生蚊虫的绝佳环境。

因此要清除户外所有可能的盛水容器，并在无法清除的积水区域（下水道盖子）使用杀幼虫剂。杀幼虫剂可在超市、专



门的商店、药店购买。请按照标签上的说明定期使用杀幼虫剂。

避免虎蚊滋生的建议



清除花盆托盘，如果无法清除，则避免托盘内出现积水



彻底清理下水道盖子，放入杀幼虫剂并使用防蚊网遮盖



随时清除草屑保持花园清洁



切勿让喷水壶和水桶的开口朝上



定期检查排水水管，保持其清洁畅通



保持花园喷泉和水池清洁，最好在水池中放入吃虎蚊幼虫的金鱼



每周清空宠物的水槽和水盆并保持其清洁



不要让充气泳池和花园里的其他玩具充满水



将用于收集雨水的水池和容器盖严



定期仔细清洁墓地里的花瓶，经常更换花瓶里的水或在花瓶里加入杀幼虫剂

自我保护：防止叮咬

当您处在植被茂密的户外区域时，请记住由于虎蚊会被深色和气味吸引，所以要避免将身体裸露在外，并在皮肤和衣服上使用驱蚊产品（孕妇和儿童请谨慎使用）。在密闭环境使用杀虫剂，请注意通风。请遵守产品标签上注明的剂量和使用方法，以确保这些产品的安全使用。

如果您被虎蚊叮咬，在接下来的几天出现感冒症状，并伴有强烈的关节疼痛和皮肤叮咬处向四周扩散的现象，请立即就医。





安全旅行：采取一切预防措施

登革热病毒、基孔肯雅病毒以及寨卡病毒分布于非洲、东南亚、印度次大陆和印度洋地区、中美洲、南美洲以及太平洋地区。如果您打算前往这些地区，请务必采取必要的预防措施来保护自己免受蚊虫叮咬。旅行归来后，如果出现发烧症状，尤其是伴有有关节疼痛，建议立即就医，并向医生说明去过的国家/地区。

联系我们

免费号码

800 033 033

艾米利亚 - 罗马涅大区卫生服务

星期一至星期五 8:30-18:00

星期六 8:30-13:00

工作人员可帮您联系当地公共卫生部门，或者您也可以联系居住地市政。另请参阅网站：

zanzaratigreonline.it





رحلات آمنة: اتخذ جميع الاحتياطات اللازمة

توجد الفيروسات المسببة لمرض فيروس حمى الضنك والشيكونغونيا وفيروس زيكا في أفريقيا وجنوب شرق آسيا وشبه القارة الهندية ومنطقة المحيط الهندي وأمريكا الوسطى وأمريكا الجنوبية، وفي أراضي المحيط الهادئ. إذا كنت تنوي السفر إلى هذه المناطق عليك اتخاذ الاحتياطات اللازمة لحماية نفسك من لدغات البعوض. عند العودة من رحلتك، في حالة الحمى، خاصة إذا كانت مصحوبة بآلام في المفاصل، اتصل بالطبيب فوراً مع الإبلاغ عن البلد الذي زرته.



للحصول على المعلومات

الرقم المجاني

033 033 800

الخدمة الصحية الإقليمية

من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة
الثامنة والنصف صباحاً 8:30 إلى
الساعة السادسة مساءً 18:00، يوم
السبت من الساعة الثامنة والنصف
صباحاً 8:30- إلى الساعة الواحدة
ظهراً 13:00.

سيتمكن الموظفون من اتصالك بإدارات الصحة العامة من هيئة
الصحة المحلية الخاصة بك أو يمكنك الاتصال بالبلدية، حيث توجد إقامتك. راجع أيضاً
الموقع:

zanzaratigreonline.it



قم بتفريغ أوعية
السقاية أسبوعيًا و
أوعية المياه لتشرب
الحيوانات الأليفة



لا تترك المسابح القابلة
لنفض وألعاب الحديقة
الأخرى مملوءة بالمياه



قم بتغطية الخزانات
وجميع الحاويات التي
تتجمع فيها مياه الأمطار



احرص على تنظيف
أوعية الزهور الموجودة
في المقابر، بشكل دوري
وبعناية، وقم بتغيير الماء
في الأواني بشكل متكرر
أوعالجها بمنتجات
مبيدة لليرقات.

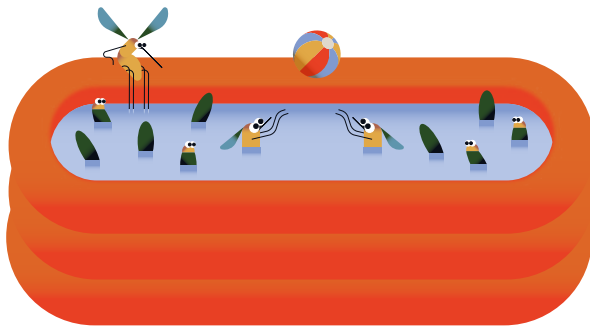
فلنحمي أنفسنا: تجنب

اللدغات

عندما تكون في الهواء الطلق في مناطق
غنية بالنباتات، تذكر أن بعوضة النمر
الآسيوية تنجذب إلى الألوان الداكنة وروائح
العطور، فتجنب ترك أجزاء من الجسم
مكشوفة واستخدم المواد الطاردة للحشرات على الجلد والملابس
(مع اتخاذ الحذر من أجل الأطفال والنساء الحوامل).
استخدم المبيدات الحشرية في الأماكن المغلقة مع الحرص على
تهويتها. لاستخدام هذه المنتجات بشكل آمن، من الضروري
احترام الجرعات والطرق الموضحة في التعليمات
الموجودة على الملصق.

إذا كنت معرضًا لخطر التعرض
للدغات بعوض النمر الآسيوي،
وبعد أيام لاحقة من التعرض،

تظهر أعراض تشبه أعراض الأنفلونزا مصحوبة بألم شديد في المفاصل وظواهر طفح جلدي
منتشرة على نطاق واسع، فيجب استشارة الطبيب على الفور.



السطول، القماش المشمّع، الصهاريج... كلها أماكن مثالية لنمو يرقات البعوض. لهذا السبب، يجب عليك التخلص من جميع حاويات المياه الخارجية الممكنة واستخدام منتجات إبادة اليرقات من أجل الأماكن التي يوجد فيها مياه راكدة غير قابلة للإزالة (فتحات التفتيش). تتوفر منتجات مبيدات اليرقات بسهولة في محلات السوبر ماركت والمتاجر المتخصصة والصيديات. استخدمها بشكل دوري، وفقاً للتعليمات الموجودة على الملصقات.

بعض النصائح لتجنّب انتشار البعوض



تخلص من صحن أوواني الزهور وحيثما لا يكون ذلك ممكناً تجنّب ركود المياه بداخلها



بعناية، ضع مبيدات اليرقات وقم بتغطيتها مع ناموسية.



قم دائماً بإزالة قصاصات العشب وحافظ على نظافة الحديقة.



لا تترك الفتحة الخاصة بأوعية السقاية والسطول باتجاه الأعلى.

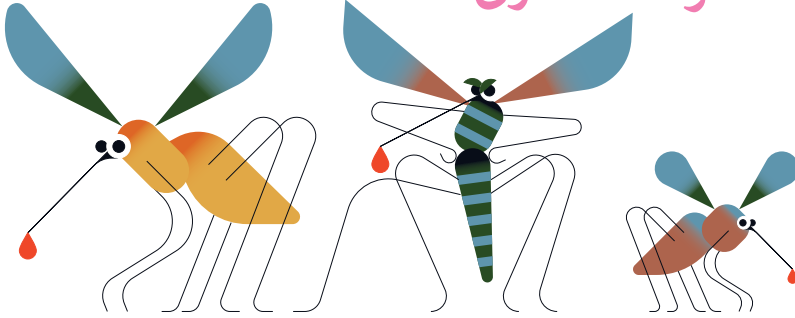


قم بفحص المزاريب بشكل دوري وحافظ عليها نظيفة وبدون عوائق.



حافظ على نظافة النوافير وأحواض الزينة. يمكنك إدخال فيها أسماك الزينة الحمراء التي تتغذى وتأكّل يرقات بعوضة النمر الآسيوية.

كيف تحمي نفسك من البعوض والحشرات الأخرى



لتقليل البعوض إلى أدنى حدٍّ ومنع انتشار أمراض مثل حمى الضنك أو الشيكونغونيا أو حمى فيروس زيكا، قام إقليم إيميليا رومانيا باعتماد خطة عمل محددة. تعتبر مكافحة بعوض النمر الآسيوي عنصراً حاسماً في استراتيجية الوقاية والسيطرة على هذه الأمراض، وكذلك الحماية من اللدغات في جميع الحالات التي يكون فيها البعوض موجوداً.

فلتشارك في مكافحة البعوض

قامت البلديات، بدعم من إقليم إيميليا رومانيا، بتكثيف خطط المكافحة والتطهير. لكن تطهير الأماكن العامة وحده لا يكفي. إن التدخل الجماعي وحده هو الذي يمكن أن يؤدي إلى نتائج ملموسة: الحد من وجود البعوض إلى أدنى حد ممكن، وبالتالي تقليل احتمال الإصابة بالفيروسات إلى أدنى حدٍّ ممكن.

تجنّب المياه الراكدة واستخدم منتجات مبيدات اليرقات.

تضع بعوضة النمر الآسيوية بيضها في حاويات بها مياه راكدة. عندما يفقس البيض، تحتاج الحشرة إلى القليل جداً من الماء لتتحول إلى حشرة بالغة. صحن أواني الزهور، فتحات التفتيش،

INFORMIAMOCI

Numero verde
800 033 033

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
dal lunedì al venerdì, ore 8.30 - 18.00
sabato, ore 8.30 - 13.00

Gli operatori possono metterti in contatto con i Dipartimenti di sanità pubblica della tua Azienda Usl oppure puoi rivolgerti al tuo Comune di residenza.

Consulta anche il sito:

zanzaratigreonline.it



in collaborazione con

