

सतर्कता: यस क्षेत्रमा लामखुट्टेको टोकाइबाट स्वास्थ्यसम्बन्धी जोखिम बढेको छ ।



सन्ध्याकालदेखि र बिहानसम्मको समयमा सम्भव भएसम्म बाहिर समय नबिताउनुहोस् ।

यस क्षेत्रमा इन्स्टर्न इक्वाइन इन्सेफलाइटिस (Eastern equine encephalitis, EEE) को स्वास्थ्यसम्बन्धी जोखिम बढेको छ—यो भनेको सङ्क्रमित लामखुट्टेको टोकाइबाट फैलने भाइरसद्वारा लाग्ने रोग हो । विरलै मामिलाहरूमा EEE गम्भीर र जीवनलाई जोखिममा पार्ने हुन सक्छ ।

स्वास्थ्य अधिकारीहरूले यस क्षेत्रका मानिसहरूलाई सन्ध्याकालदेखि बिहानसम्मको समय - सूर्यास्त हुनुभन्दा ठिकअघिदेखि पूरै रात हुँदै सूर्य नउदाउँदासम्म — लामखुट्टेले टोक्ने सम्भावना बढी हुने सक्ने समयमा सम्भव भएसम्म बाहिर समय बिताउनबाट बच्न सिफारिस गर्छन् ।

आफू र आफ्नो परिवारलाई सुरक्षित राख्नका लागि सामान्य चरणहरू पालना गर्नुहोस्

- EPA बाट अनुमोदित इन्स्याक्ट रिपेलेन्ट (किरा निरोधक) प्रयोग गर्नुहोस् ।
- बाहिर जाँदा लामो बाहुला भएको सर्ट र प्यान्ट लगाउनुहोस् ।
- पानी जम्न नदिनुहोस् ।
- स्ट्रोलर र बाहिर राखिएका प्लेपेनहरूलाई लामखुट्टे जालीले छोप्नुहोस् ।
- स्क्रिन वा झ्याल र ढोकाहरूको अन्य खाली ठाउँहरूमा भएका प्वालहरू टाल्ने काम गर्नुहोस् ।

HealthVermont.gov/EEE



ALERT: Increased health risk from mosquito bites in this area.



Avoid spending time outdoors as much as possible between dusk and dawn.

This area has an increased health risk for Eastern equine encephalitis (EEE)—a disease caused by a virus that spreads through bites from infected mosquitoes. In rare cases, EEE can be serious and life-threatening.

Health officials strongly recommend that people in the area avoid spending time outdoors as much as possible between dusk and dawn – just before the sun sets, through the night until the sun rises — when mosquitoes are most likely to bite.

Follow simple steps to protect yourself and your family

- Use EPA-approved insect repellent.
- Wear long-sleeved shirts and pants when outdoors.
- Get rid of standing water.
- Cover strollers and outdoor playpens with mosquito netting.
- Fix holes in screens or other gaps in windows and doors.

[HealthVermont.gov/EEE](https://healthvermont.gov/EEE)

