



# إحمي نفسك من لدغات البعوض

البعوض ينشر فيروس "غرب نهر النيل" وغيره من الأمراض.



إتخذ الاحتياطات اللازمة في الليل.  
البعوض أكثر نشاطا في فيرمونت بين  
الغسق والفجر.



احرس منزلك ضد البعوض.

استخدم شاشات على النوافذ والأبواب.  
استخدم تكييف الهواء عند توفره. فرِّغ  
ونظِّف أوعية تحتوي على مياه راكده.



ارتدي ملابس واقية.

ارتدي قمصان طويلة الأكمام  
والسراويل الطويلة. للحصول على  
حماية إضافية، عالج الملابس  
بالبيرميثرين (مبيد للحشرات).



استخدم طارد الحشرات

تابع موقع (EPA.gov) لمزيد من المعلومات  
عن نوعيات طارد أمنة وفعالة. إتبع التعليمات  
على

الملصق. استخدمه على  
الجلد قبل الذهاب خارجا.

تجنب لدغات البعوض عندما تسافر إلى منطقة فيها فيروس  
"زيكا". لمزيد من المعلومات:

[healthvermont.gov/mosquito](http://healthvermont.gov/mosquito)

 VERMONT  
DEPARTMENT OF HEALTH