

## 5 MADADALING PARAAN PARA MAI-WASAN MAKAGAT

1. Maglagay ng *repellent* sa lamok bago lumabas lalo na kapag madaling araw at takip silim
2. Magsuot ng long sleeves at pantaon sa labasan lalo na kapag madaling araw at takip silim
3. I-ulat ang mga patay na ibon (mga uwak, lawin at jay na ibon) sa Vector Control
4. Tingnan kung may tigil na tubig sa labas ng inyong tahanan isang beses sa isang linggo
5. Tumawag sa Vector Control para makakuha ng libreng *mosquito fish* para sa mga *green pool*, tubigan o lawa at *fountain* (858) 694-2888

**Protektahan ang Inyong Sarili,  
ang Inyong Pamilya at ang Inyong  
Neighborhood mula sa Mga Lamok**



Tumulong sa laban ng kagat ng West Nile Virus. I-scan ang QR code na ito at i-download ng Fight the Bite! na app mula sa County App Center para ma-ulat nang hindi nagpapakilala ang mga green swimming pool, pinangingitlogan ng mga lamok at mga patay na ibon para magamot o masuri.



**SD Fight the Bite**

## Alamin ang Katotohanan at Sumama sa Laban!



**Protektahan ang Inyong Sarili,  
ang Inyong Pamilya at ang Inyong  
kapaligiran mula sa mga Lamok**



County ng San Diego Vector Control Program  
5570 Overland Ave., Suite 102 | San Diego, CA 92123  
PHONE (858) 694-2888 | EMAIL [vector@sdcounty.ca.gov](mailto:vector@sdcounty.ca.gov)

Tagalog



**Umiwas!**



**Protektahan!**



**I-ulat!**

# MGA LAMOK

Ang isa sa mga pinakanakamatay na hayop sa mundo, na nagkakalat ng mga sakit tulad ng West Nile virus, encephalitis, at iba pa



## Umiwas!

Pigilan ang mga lamok at ang pangingitlog ng mga ito sa palibot ng inyong tahanan

- Sundan ang mga hakbang na nakalista sa larawan



## Protektahan!

Iwasan na makagat ng lamok

- Gumamit ng *repellent* sa lamok mula madaling araw hanggang takip silim
- Ang mga *repellent* na may DEET, Oil of Lemon Eucalyptus, Picaridin at IR3535 ay mabibisa at ligtas para sa lahat ng edad mula dalawang buwan at mas matanda
- Magsuot ng *long sleeves* at pantalon sa labas mula madaling araw hanggang takip silim, kapag pinaka-aktibo ang mga lamok
- Tingnan kung mayroon at ayusin ang mga butas sa screen ng bintana at pinto



## I-ulat!

- Ang mga patay na ibon tulad ng mga uwak, lawin at jays (klase ng ibon) ay dapat suriin kung may West Nile at iba pang mga sakit
- Ang mga *green swimming pools* at iba pang mga tigil na tubig sa inyong kapitbahayan. Tumawag sa Vector Control upang malunansan ang mga problemang lamok na nasa mga green pools. Maari itong i-ulat sa Vector Control ng hindi nagpapakilala o anonymously

# Mga Mabilisang Katotohanan Tungkol sa West Nile virus

Ang West Nile virus ay maaaring maging isang malubhan at minsan, nakamatay na sakit

- Ang West Nile virus (WNV) ay nakaka-apekto sa mga tao sa anumang edad
- Walang lunas o gamot para sa WNV
- Ang epekto ng WNV ay maaaring maging permanente
- Ang West Nile virus ay kumalat sa Estados Unidos at nasa County ng San Diego na mula pa noong 2003

## Isa pang lugar na pangingitlugan ng lamok ang inyong tahanan?

