

# ZANZARE E ALTRI INSETTI impara a difenderti

**MOSQUITOES AND OTHER INSECTS**  
learn how to protect yourself

---

**MOUSTIQUES ET AUTRES INSECTES**  
apprenez à vous protéger

---

**MOSQUITOS Y OTROS INSECTOS**  
aprendamos a defendernos

---

**PERNILONGO E OUTROS INSETOS**  
aprenda a se defender

---

蚊子和其他昆虫  
学会保护自己

---

البعوض وحشرات أخرى:  
تعلم كيف تحمي نفسك



**Referenti progetto**

Angela Lucarelli, Elisa Soricelli

Area Comunicazione Salute Direzione generale Sanità Regione Emilia-Romagna

**Coordinamento**

Agenzia di Informazione e Comunicazione della Giunta regionale

**Progetto Grafico e impaginazione**

Cervelli in Azione

**Illustrazioni**

Katja Reichert

**Stampa**

Nuova Cantelli srl, Castel Maggiore (Bo)

|    |  |           |
|----|--|-----------|
| 2  | Zanzara e altri insetti:<br>impara a difenderti                | italiano  |
| 6  | Mosquitoes and other insects:<br>learn how to protect yourself | english   |
| 10 | Moustiques et autres insectes:<br>apprenez à vous protéger     | français  |
| 14 | Mosquitos y otros insectos:<br>aprendamos a defendernos        | español   |
| 18 | Pernilongo e outros insetos:<br>aprenda a se defender          | português |
| 24 | 蚊子和其他昆虫<br>学会保护自己  | 中文        |
| 28 | البعوض وحشرات أخرى:<br>تعلم كيف تحمي نفسك                      | عربي      |



# ZANZARE E ALTRI INSETTI impara a difenderti

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.

## PARTECIPIAMO 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 possibile la possibilità di infezioni da virus.



*zanzara tigre*



*zanzara comune*

## EVITIAMO I RISTAGNI D'ACQUA E USIAMO 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. Evitiamo per questo ogni ristagno d'acqua. Eliminiamo tutti i possibili contenitori di acqua all'aperto e usiamo i prodotti larvicidi per i ristagni d'acqua non eliminabili (tombini, grigliati per la raccolta delle acque piovane... ). I prodotti larvicidi sono facilmente reperibili nei supermercati, nei negozi specializzati, nelle farmacie. Usiamoli periodicamente, secondo le indicazioni riportate nelle etichette.



larve di zanzara

## QUALCHE CONSIGLIO PER EVITARE IL PROLIFERARE DELLA ZANZARA



elimina i sottovasi e dove non è possibile evita il ristagno d'acqua al loro interno



pulisci accuratamente i tombini e coprili con una rete zanzariera evitando che si intasi dopo le piogge



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, eventualmente introduci pesci rossi che sono predatori delle larve di zanzara tigre



svuota settimanalmente e tieni 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



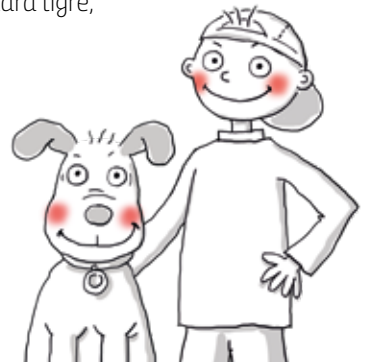
copri le cisterne e tutti i contenitori dove si raccoglie l'acqua piovana



nei cimiteri pulisci periodicamente e con cura i vasi portafiore, cambia di frequente l'acqua dei vasi o trattala con prodotti larvicidi

## PROTEGGIAMO NOI STESSI: EVITIAMO DI FARCI PUNGERE

- Quando stiamo all'aperto in zone ricche di vegetazione ricordiamo che la zanzara tigre è attratta dai colori scuri e dai profumi, evitiamo di lasciare parti del corpo scoperte e usiamo repellenti sulla pelle e sugli abiti (con cautela nei bambini e nelle donne incinte).
- Usiamo diffusori di insetticidi negli ambienti chiusi. Per utilizzare questi prodotti in modo sicuro è fondamentale rispettare dosi e modalità riportate nelle istruzioni in etichetta. Se siamo stati esposti al rischio di punture di zanzara tigre,
- e nei giorni successivi alla esposizione si manifestano sintomi di tipo influenzale accompagnati da forti dolori articolari ed eventualmente da manifestazioni cutanee diffuse, dobbiamo consultare subito un medico.



## **VIAGGI SICURI: PRENDIAMO 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 Sub-continente Indiano e nell'area dell'Oceano Indiano, in America Centrale e in Sud America, nei territori dell'Oceano Pacifico.

Se intendiamo intraprendere un viaggio in queste zone dobbiamo adottare le precauzioni necessarie per difenderci dalle punture delle zanzare.

Al rientro dal viaggio, in caso di febbre, soprattutto se accompagnata da dolori articolari, si raccomanda di rivolgersi subito ad un medico segnalando il Paese in cui ci si è recati.

## **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

**[www.zanzaratigreonline.it](http://www.zanzaratigreonline.it)**



# MOSQUITOES AND OTHER INSECTS

## learn how to protect yourself

english

The Emilia-Romagna Region has developed and implemented a special plan to cut down the tiger mosquito's numbers and prevent them from spreading such diseases as Chikungunya, Dengue or Zika.

Containing and countering the Tiger Mosquito threat is essential to prevent and control these diseases, just like protecting oneself against bites wherever tiger mosquitoes can be found.

### HELP US DEFEATING THE TIGER MOSQUITO

The Municipalities of Emilia Romagna, backed by the Regional Administration, have intensified their pest control plans. However, acting only on public places is not enough. Only collective, focussed action can give the results we all want: cutting down the number of mosquitoes, and thus of the risk of Chikungunya virus infection. Let's all do our best!



*tiger mosquito*



*common mosquito*

### PREVENT WATER FROM STAGNATION AND USE LARVICIDES

Tiger mosquitoes lay their eggs in containers of stagnant water. When the eggs hatch, the insect needs only a tiny amount of water to grow into a full adult. Plant pot saucers, storm drains, buckets, tanks, these are the ideal



places for larvae to grow. For this reason, make sure to leave no stagnating water in containers outdoors and apply larvicides in storm drains, drainage grids. You can buy larvicides in supermarkets, pharmacies and specialised shops. Always follow the usage instructions and apply larvicides regularly.



*larvae*

## TIPS ON HOW TO REDUCE OR PREVENT TIGER MOSQUITOES' BREEDING



do not use plant pot saucers and, do not let water stagnate in those you cannot remove



thoroughly clean the manholes and cover them with a mosquito net to prevent them from getting clogged by rain



always remove grass, leaves and other lawn clippings and keep the lawn clean



do not leave water in watering-cans or buckets



frequently inspect gutters and keep them clean



keep ornamental ponds and fountains clean, and if possible put goldfish in them, as they eat tiger mosquito larvae



change water in the pets' bowls and drinking troughs often



do not leave inflatable paddling pools and other toys outside as they may get filled with rainwater



cover all rainwater collection tanks and containers with a lid



in cemeteries, frequently clean up flower vases, change water or add larvicides

## SELF-PROTECTION: AVOID BITES

- When you're outdoors in "green" areas, always remember that tiger mosquitoes are attracted by dark colours and strong scents; do not leave any skin exposed and use mosquito-repelling products on your skin and clothes (be careful when using these products on children and pregnant women).
- Use mosquito coils and repellent/insecticide diffusers indoors. 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 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 Sub-continent and in the Indian Ocean, Central and South America and the Pacific Ocean countries.

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

Should you experience fever and 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.**

Check out the Regional Health Service website for additional information.

Call the relevant offices of the Municipality you live in for further information

**[www.zanzaratigreonline.it](http://www.zanzaratigreonline.it)**



# MOUSTIQUES ET AUTRES INSECTES apprenez à vous protéger

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 et pour la protection contre les piqûres partout où ce moustique est présent.

français

## PARTICIPONS À LA LUTTE CONTRE LE MOUSTIQUE TIGRE

Les communes, avec le soutien de la Région Émilie-Romagne, ont intensifié leurs plans de lutte et de désinfection. Mais la seule désinfection 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, minimaliser le plus possible le risque d'infection par les virus.



*moustique tigre*



*moustique commun*

## 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.



larves

## QUELQUES CONSEILS POUR ÉVITER LA PROLIFÉRATION DES MOUSTIQUE



éliminez les soucoupes sous les plantes, et lorsque ce n'est pas possible, évitez d'y laisser stagner l'eau



nettoyez soigneusement les égouts et couvrez-les d'un voile moustiquaire en évitant tout engorgement après la pluie



éliminez toujours l'herbe fauchée et maintenez propre le jardin



ne laissez ni seaux ni arrosoirs avec l'ouverture tournée vers le haut, mais retournez-les



contrôlez périodiquement les gouttières en les maintenant propres et en éliminant toute éventuelle obstruction



les fontaines et les bassins ornementaux doivent toujours être propres ; au besoin, mettez-y des poissons rouges



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



au cimetière, nettoyez périodiquement et soigneusement les vases à fleurs, changez fréquemment l'eau des vases ou traitez-la avec des produits larvicides

## 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 sous-continent 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 devez 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.

**[www.zanzaratigreonline.it](http://www.zanzaratigreonline.it)**



# MOSQUITOS Y OTROS INSECTOS aprendamos a defendernos

Para reducir todo lo posible la presencia de este insecto y prevenir la difusión de enfermedades como la 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 elemento decisivo en la estrategia de prevención y control de estas enfermedades, así como la protección frente a posibles picaduras en toda situación en que los mosquitos se hallen presentes.

## PARTICIPEMOS EN LA LUCHA CONTRA EL MOSQUITO TIGRE

Los ayuntamientos, con el apoyo de la administración regional de Emilia-Romaña, han intensificado los planes de lucha y desinfestación. Sin embargo, la desinfestación de las áreas públicas no es suficiente.

Sólo una intervención colectiva nos llevará a lograr el objetivo que nos proponemos alcanzar: disminuir todo lo posible la presencia de mosquitos y, en consecuencia, reducir al mínimo la posibilidad de infecciones debidas al virus Chikungunya. ¡Participemos en la lucha contra los mosquitos!



*mosquito tigre*



*mosquito común*

## EVITEMOS AGUAS ESTANCADAS Y USEMOS PRODUCTOS LARVICIDAS

El mosquito tigre deposita los huevos en recipientes que contienen agua estancada. En el momento de la eclosión de los huevos, el insecto necesita muy poca agua para transformarse en adulto. Un posamacetas, una alcantarilla, un



cubo, una lona de cobertura, una cisterna... son lugares ideales para el desarrollo de las larvas de mosquito. Por ello es necesario que evitemos acumulaciones de agua estancada. Eliminemos todo posible recipiente de agua al aire libre y apliquemos productos larvicidas a los depósitos de agua no eliminables (alcantarillas, rejillas para la recogida de aguas pluviales, etc.). Los productos larvicidas se pueden encontrar fácilmente en supermercados, tiendas especializadas y farmacias. Usémoslos periódicamente de acuerdo con las instrucciones indicadas en las etiquetas.



larvas

## A CONTINUACIÓN SE OFRECEN ALGUNOS CONSEJOS ÚTILES PARA EVITAR LA PROLIFERACIÓN DEL MOSQUITO TIGRE



eliminemos los posamacetas y, si no podemos quitarlos, evitemos las acumulaciones de agua



limpiar a fondo los pozos de registro y cubrir con un mosquitero para evitar que se obstruya después de las lluvias



siempre retire los recortes del césped y mantener el jardín limpio



no dejemos regaderas ni cubos con la boca o abertura dirigida hacia arriba



controlemos periódicamente los canalones manteniéndolos libres y limpios



mantengamos limpias fuentes y jardineras ornamentales, eventualmente introduciendo en ellas peces rojos (depredadores de las larvas de mosquito tigre)



vaciemos con frecuencia los abrevaderos y los cuencos de agua para animales domésticos



para evitar que se llenen de agua de lluvia, no dejemos las piscinas hinchables y demás juegos en el jardín



tapemos las cisternas y todos los recipientes utilizados para la recogida de agua pluvial



en los cementerios, limpiemos periódicamente y con esmero los floreros, cambiemos a menudo el agua de los jarrones o tratémosla con productos larvicidas

## PROTEJÁMONOS: EVITEMOS LAS PICADURAS

- Cuando nos encontremos al aire libre en zonas de vegetación abundante, recordemos que el mosquito tigre se siente atraído por los colores oscuros y por los perfumes, evitemos dejar partes del cuerpo descubiertas y apliquémonos repelentes en la piel y la ropa (con las debidas precauciones en los casos de niños y mujeres embarazadas).
- Utilicemos espirales antimosquitos y otros aparatos difusores de insecticidas en los lugares cerrados. Para emplear estos productos de manera segura es fundamental atenerse a las dosis y modos de empleo indicados en las instrucciones de la etiqueta.
- Si hemos estado expuestos al riesgo de recibir picaduras de mosquito tigre y, en los días siguientes a la exposición, tenemos síntomas gripales acompañados de fuertes dolores articulares e incluso de manifestaciones cutáneas extendidas, se recomienda consultar a un médico de inmediato.



## **VIAJES SEGUROS: TOMEMOS TODAS LAS PRECAUCIONES NECESARIAS**

Los virus que causan el Dengue, la fiebre Chikungunya y el virus de Zika se presentan en los climas tropicales y subtropicales: África, en el Sudeste Asiático, en el sub-continente Indiano y en el área del Océano indiano, en América Central y en Sur América, en los territorios del Océano Pacífico. Si tenemos previsto emprender algún viaje a estas zonas debemos adoptar las precauciones necesarias para defendernos de las picaduras de los mosquitos. Al regreso del viaje, en caso de fiebre, sobre todo si va acompañada de dolores articulares, se recomienda dirigirse enseguida a un médico e indicarle qué país hemos visitado.



## **INFORMÉMONOS**



**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

El Servicio sanitario regional, además, ha abierto un sitio de internet en el que se ofrece información pormenorizada acerca de todos los aspectos relacionados con la lucha contra el mosquito. También existe la posibilidad de dirigirse al Ayuntamiento de residencia para recibir más información sobre la lucha contra el mosquito tigre.

**[www.zanzaratigreonline.it](http://www.zanzaratigreonline.it)**



# PERNILONGO E OUTROS INSETOS aprenda a se defender

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

## PARTICIPE DO COMBATE AO MOSQUITO-TIGRE

Os Municípios, com o apoio da Região Emília-Romanha, intensificaram os programas de combate e desinsetação. Mas a desinsetação apenas das zonas públicas não é suficiente. Somente uma ação conjunta pode trazer resultados concretos: reduzir ao mínimo possível a presença de mosquitos e, assim, reduzir ao mínimo possível a possibilidade de infecções pelo vírus Chikungunya. Vamos participar da luta contra o pernilongo!



*mosquito-tigre asiático*



*pernilongo comum*

## EVITE A ÁGUA ESTAGNADA E UTILIZE OS PRODUTOS LARVICIDAS

O mosquito-tigre deposita os ovos em recipientes que contêm água parada. Quando sai do ovo, o inseto precisa de pouquíssima água para se tornar adulto. Um pratinho embaixo do vaso, uma tampa de esgoto, um balde, uma lona de cobertura, uma caixa d'água... são todos lugares ideais para o desenvolvimento

das larvas do mosquito. Por isso é muito importante evitar sempre a água estagnada. Elimine todos os possíveis recipientes de água ao ar livre e utilize os produtos larvicidas quando não for possível eliminar a água estagnada (tampas de esgotos, sistemas de coleta de água da chuva, etc.). Os produtos larvicidas podem ser encontrados com facilidade nos supermercados, lojas especializadas e farmácias. Utilize-os periodicamente seguindo as instruções indicadas no rótulo dos produtos.



larvas

## ALGUNS CONSELHOS PARA EVITAR A PROLIFERAÇÃO DO MOSQUITO-TIGRE



eliminar os pratinhos embaixo de vasos e, se isso não for possível, evitar que a água fique parada neles



limpe os bueiros e cubra com um mosquiteiro para evitar que fique entupido após chuvas



retire sempre recortes de gramado e manter o jardim limpo



não deixar regadores e baldes com a abertura virada para cima



controlar periodicamente as calhas e mantê-las limpas e desobstruídas



manter limpos os chafarizes e lagos ornamentais, se possível criando peixes vermelhos neles (são predadores das larvas do mosquito-tigre)



esvaziar com frequência os bebedouros e vasilhas de água para os animais domésticos



não deixar as piscinas infláveis e outros brinquedos no jardim para evitar que fiquem cheios com água da chuva



cobrir as caixas d'água e todos os recipientes utilizados para coletar a água da chuva



nos cemitérios, limpar periodicamente e muito bem os vasos de flores, trocar frequentemente a água dos vasos ou tratá-la com produtos larvicidas

## PROTEJA-SE DAS PICADAS

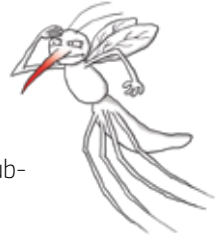
- Quando passar o dia ao ar livre em zonas com muita vegetação, lembre-se de que o mosquito-tigre é atraído pelas cores escuras e por perfumes: assim, é importante evitar deixar partes do corpo descobertas e aplicar repelentes na pele e nas roupas (com cuidado nas crianças e mulheres grávidas).
- Utilize espirais contra insetos e outros difusores inseticidas nos ambientes fechados. Para utilizar estes produtos com segurança, é fundamental respeitar as doses e instruções fornecidas no rótulo deles.
- Se ficou exposto ao risco de picadas e nos dias seguintes à exposição tiver sintomas parecidos com os da gripe, acompanhados de fortes dores nas articulações e às vezes manchas avermelhadas pelo corpo, procure imediatamente um médico.



## **VIAGENS SEGURAS: TOME TODAS AS PRECAUÇÕES**

Os vírus que causam a Dengue, Chikungunya e doença de vírus de Zika estão presentes na África, no Sudeste da Ásia, o sub-continentes indiano e no Oceano Índico, América Central e América do Sul, nos territórios Oceano Pacífico.

Se estiver programando uma viagem a estas zonas, adote as precauções necessárias para se defender das picadas dos mosquitos. Se tiver febre ao voltar da viagem, sobretudo se acompanhada de dores articulares, é importante procurar imediatamente um médico e dizer-lhe o país no qual 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 Serviço sanitário regional também ativou um site na internet que fornece informações mais aprofundadas sobre todos os aspectos relativos ao combate ao mosquito.

Você também poderá procurar o Município da cidade onde reside para obter maiores informações sobre o combate ao mosquito-tigre.

**[www.zanzaratigreonline.it](http://www.zanzaratigreonline.it)**



# 蚊子和其他昆虫 学会保护自己

为了尽量减少蚊子的数量并防止登革病毒、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。对抗虎蚊是预防和控制这些疾病传播的决定性因素，并且可以防止在各种场所免受蚊虫叮咬。

## 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，各市镇加强了灭蚊与消毒工作。但只利用太阳光对公共区域消毒是不够的。只有大家共同参与才能达到实质性的效果，尽可能地减少蚊虫数量，从而将病毒感染的可能性降到最低。



亚洲虎蚊



普通蚊子

## 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，只需少量的水就可化为幼虫。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。因此我们要避免出现积水。



尽可能地去掉所有户外的盛水容器，并在无法去除的积水区域（下水道盖子、雨水格栅……）使用杀幼虫剂。杀幼虫剂可在超市、专门的商店、药店购买。按照标签上的说明定期使用杀幼虫剂。



幼虫

## 避免虎蚊滋生的建议



去掉花盆托盘，如果无法去掉，则避免托盘内出现积水



彻底清理下水道盖子，并使用防蚊网遮盖，避免雨后堵塞



清除杂草并保持花园清洁



勿将喷水壶和水桶的开口朝上



定期检查屋檐排水管，保持其通畅清洁



保持花园喷泉和水池的清洁  
最好在水池中放入吃虎蚊幼虫的金鱼



每周将宠物用的水槽和水盆清空并保持干净



不要将充气泳池和其他玩具留在花园中  
避免里面生成积水。



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

- 当处在植物茂密的户外区域时，由于虎蚊会被深颜色和香味吸引，所以要避免身体裸露，并在皮肤和衣服上涂抹防蚊液（孕妇和儿童应谨慎使用）。
- 在封闭环境使用蚊香和其它杀虫剂。请遵守产品标签上标明的剂量和使用方法，以确保安全使用。
- 如果已被虎蚊叮咬，在接下来的几天如果出现感冒症状，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：采取有效的预防措施

登革病毒、基孔肯雅病毒以及寨卡病毒存在于非洲、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。

如果你打算前往这些地区，请务必采取必要的预防措施，以保护自己免受蚊虫叮咬。旅行结束后，如果出现发烧症状，特别是伴有有关节疼痛时，建议立即就医，并向医生说明曾前往的国家



## 联系我们



免费绿色号码  
**800 033 033**

艾米利亚 – 罗马涅大区保健服务

星期一至星期五 8:30-18:00

星期六 8:30-13:00

如有必要，医务人员可以帮助你联系公共卫生部  
或者前往居住地的市镇政府了解更多信息。

**[www.zanzaratigreonline.it](http://www.zanzaratigreonline.it)**

## رحلات آمنة: لتتخذ جميع الاحتياطات

الفيروسات التي تسبب حمى الضنك، الشيكونجونيا والمرض الناتج عن فيروس زیکا توجد في أفريقيا، وجنوب شرق آسيا، وشبه القارة الهندية، وفي منطقة المحيط الهندي، وأمريكا الوسطى وأمريكا الجنوبية والمحيط الهادي.

إن أردنا القيام برحلة في هذه المناطق يجب علينا اتخاذ الاحتياطات اللازمة لحماية أنفسنا من لسعات البعوض. عند العودة من الرحلة، في حالة الإصابة بالحمى، وخاصة إذا كانت مصحوبة بالآلام في المفاصل، يُنصح بالتوجه إلى الفور إلى طبيب مع إخباره بالبلاد التي تم الذهاب إليها.



## فلنستعلم

الرقم المجاني

800 033 033

الخدمة الصحية الإقليمية

من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 8:30 صباحًا وحتى 7:00 مساءً  
السبت، من الساعة 8:30 صباحًا وحتى 1:00 ظهرًا

عند الاقتضاء، يمكن للعاملين أن يضعوك على اتصال  
مع قسم الصحة العامة لوحدة الخدمات الصحية المحلية التابع لها،  
أو يمكنك التوجه إلى المجلس المحلي لمنطقة سكنك

[www.zanzaratigreonline.it](http://www.zanzaratigreonline.it)



حافظ على نظافة النوافير وأحواض التزيين، وضع بها الأسماك الحمراء التي تعد مفترسة ليرقات بعوض النمر



قم أسبوعياً بتفريغ أوعية وأواني مياه شرب الحيوانات الأليفة وحافظ على نظافتها



لا تترك أحواض السباحة القابلة للنفخ وألعاب أخرى في الحديقة وهي مليئة بالمياه



قم بتغطية الصهاريج وجميع الحاويات حيث تتجمع مياه الأمطار



احرص في المقابر على تنظيف الزهريات دورياً وبغناية، وقم بتغيير مياه الزهريات باستمرار أو علاجها بمبيدات اليرقات



## فلنحمي أنفسنا: تجنب اللسعات

- عندما نكون في العراء في مناطق غنية بالنباتات يجب أن نتذكر أن بعوض النمر يجذب إلى الألوان القاتمة والعميقة، فلنتجنب ترك أجزاء من الجسم مكشوفة ولنستخدم طارد الحشرات على البشرة والملابس (مع الحذر في حالة الأطفال والنساء الحوامل).
- فلنستخدم المبيدات الحشرية في الأماكن المغلقة. لاستخدام هذه المنتجات بطريقة آمنة من الأساسي الامتثال للجرعات والكيفية الواردين في التعليمات على الملصق.
- إذا تعرضنا لخطر لسعات بعوضة النمر، وفي الأيام اللاحقة للتعرض ظهرت أعراض مشابهة للأنفلونزا مصحوبة بالآلام قوية في المفاصل وربما ظهور طفح جلدي، يجب استشارة طبيب على الفور.



## تعرف، تحوِّط، واحمي نفسك

جميع حاويات المياه الممكنة الموجودة في العراء ولنستخدم مبيدات اليرقات للمياه الراكدة التي يتعذر منع تجمع المياه فيها (فتحات التصريف، شبكات تجميع مياه الأمطار...). يسهل الحصول على مبيدات اليرقات من المتاجر الكبيرة، والمتاجر المتخصصة، والصيدليات. فلنستخدمها بشكل دوري، وفقًا للإرشادات الواردة في الملصقات.



يرقات البعوض

### بعض النصائح لتجنب تكاثر البعوض

تخلص من صحنون أواني الزهور وعندما يتعذر ذلك احرص على عدم تكون مياه راکدة بداخلها



نظف مصارف المياه بعناية وغطها بشبكة البعوض مع تجنب انسدادها بعد الأمطار



قم دائمًا بإزالة قصاصات الحشائش وحافظ على نظافة الحديقة



لا تترك إناء الري والدلاء وفتحة التدفق متجهة إلى الأعلى



افحص أنابيب التصريف بشكل دوري وحافظ على نظافتها وعدم انسدادها





## البعوض وحشرات أخرى: تعلم كيف تحمي نفسك

لخفض وجود البعوض إلى أدنى حد ومنع انتشار الأمراض مثل حمى الضنك، الشيكونجونيا أو حمى فيروس زيكا، اعتمد إقليم إيميليا رومانيا خطة تدخلات محددة. تعد مكافحة بعوض النمر عنصرًا حاسمًا في استراتيجية الوقاية ورصد هذه الأمراض، بالإضافة إلى الحماية من اللسعات في أي موقف يتواجد به البعوض.

### فلنشارك في مكافحة البعوض

كثفت المجالس المحلية، بدعم من إقليم إيميليا رومانيا، خطط مكافحة والتعقيم. ولكن تعقيم المناطق العامة فقط لا يكفي. التدخل الجماعي وحده يستطيع تحقيق نتائج واقعية: خفض وجود البعوض إلى أدنى حد ممكن و، بالتالي، الحد قدر الإمكان من احتمالية العدوى بالفيروس.



البعوضة الشائعة



بعوضة النمر

### فلنتجنب المياه الراكة ولنستخدم منتجات مبيدة لليرقات

تضع بعوضة النمر بيضها في الحاويات التي بها مياه راكة. عند لحظة فقس البيض، تحتاج الحشرة إلى قليل جدًا من المياه حتى تصل لمرحلة البلوغ. ويعد صحن أواني الزهور، فتحة تصريف المياه، دلو، مشمع التغطية، صهريج... كلها أماكن مثالية لنمو يرقات البعوض. ولهذا فلنتجنب أي ركود للمياه. ولنتخلص من

# 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



scarica la **APP**  
**ZanzaRER**

IN COLLABORAZIONE CON



**[www.zanzaratigreonline.it](http://www.zanzaratigreonline.it)**