

Protektahan ang iyong sarili sa lamok



Maaaring ikalat ng lamok ang Japanese encephalitis. Ito ay bihira ngunit isang malubhang impeksyon.

- > Magsuot ka ng maluwag at mapusyaw na kausutan at saradong sapatos kapag nasa labas
- > Iwasang manatili sa labas sa pagsikat at sa paglubog ng araw
- > Magpahid ng insect repellent sa balat na may sangkap na DEET, picaridin, o langis ng lemon eucalyptus
- > Gumamit ng insecticide spray at mga katol (mosquito coils)
- > Takpan ang mga bintana at pinto ng mga screen para sa insekto
- > Alisin ang mga lalagyang may tubig sa labas ng iyong bahay kung saan maaaring magparami ang mga lamok

Kung mayroon kang anumang mga alalahanin sa kalusugan at nangangailangan ng suporta sa wika, tumawag sa TIS 131 450 at hilingin ang Telepono ng Health Direct na 1800 022 222

Protektahan ang iyong sarili sa lamok



Maaaring ikalat ng lamok ang Japanese encephalitis. Ito ay bihira ngunit isang malubhang impeksyon.

- > Magsuot ka ng maluwag at mapusyaw na kausutan at saradong sapatos kapag nasa labas
- > Iwasang manatili sa labas sa pagsikat at sa paglubog ng araw
- > Magpahid ng insect repellent sa balat na may sangkap na DEET, picaridin, o langis ng lemon eucalyptus
- > Gumamit ng insecticide spray at mga katol (mosquito coils)
- > Takpan ang mga bintana at pinto ng mga screen para sa insekto
- > Alisin ang mga lalagyang may tubig sa labas ng iyong bahay kung saan maaaring magparami ang mga lamok

Kung mayroon kang anumang mga alalahanin sa kalusugan at nangangailangan ng suporta sa wika, tumawag sa TIS 131 450 at hilingin ang Telepono ng Health Direct na 1800 022 222