



خود کو مچھروں سے محفوظ رکھیں

مچھر جاپانی انسیفلائٹس پھیلا سکتے ہیں۔
یہ ایک نایاب لیکن شدید انفیکشن ہے۔

- < جب آپ آؤٹ ڈور میں ہوں تو بند جوتوں کیساتھ ڈھیلے اور ہلکے رنگ کے کپڑے پہنیں
- < سورج طلوع اور غروب ہوتے وقت آؤٹ ڈور میں جانے سے اجتناب کریں
- < کیڑوں کو بھگانے والی دوا کو جلد پر لگائیں جس میں DEET، یکاریڈین، یا لیموں یوکلپٹس کا تیل شامل ہو
- < کپڑے مار سپرے اور مچھر کنڈلی استعمال کریں
- < کھڑکیوں اور دروازوں کو کیڑوں سے بچانے والی سکریٹوں سے ڈھانپیں
- < اپنے مکان کے باہر پانی سے بھرے کنٹینرز کو ہٹادیں جہاں مچھر پرورش پا سکتے ہیں

اگر آپ کے صحت کے بارے میں خدشات ہیں اور زبان میں مدد کی ضرورت ہے ، تو TIS کو
131 450 پر کال کریں اور ہیلتھ ڈائریکٹ ٹیلیفون کا کہیں 1800 022 222



خود کو مچھروں سے محفوظ رکھیں

مچھر جاپانی انسیفلائٹس پھیلا سکتے ہیں۔
یہ ایک نایاب لیکن شدید انفیکشن ہے۔

< جب آپ آؤٹ ڈور میں ہوں تو بند جوتوں کیساتھ ڈھیلے اور ہلکے رنگ کے
کیڑے پہنیں

< سورج طلوع اور غروب ہوتے وقت آؤٹ ڈور میں جانے سے اجتناب کریں

< کیڑوں کو بھگانے والی دوا کو جلد پر لگائیں جس میں DEET، یکاریڈین، یا
لیمون یوکلپٹس کا تیل شامل ہو

< کیڑے مار سپرے اور مچھر کنڈلی استعمال کریں

< کھڑکیوں اور دروازوں کو کیڑوں سے بچانے والی سکرینوں سے ڈھانپیں

< اپنے مکان کے باہر پانی سے بھرے کنٹینرز کو ہٹادیں جہاں مچھر پرورش پا سکتے ہیں

اگر آپ کے صحت کے بارے میں خدشات ہیں اور زبان میں مدد کی ضرورت ہے ، تو TIS کو
131 450 پر کال کریں اور ہیلتھ ڈائریکٹ ٹیلیفون کا کہیں 1800 022 222