

Làm thế nào để bảo vệ chính quý vị khỏi siêu vi trùng West Nile (West Nile virus)

Ngày nay, muỗi không đơn thuần là chỉ làm phiền chúng ta mà thôi

Siêu vi trùng West Nile đã được xác định là có tại Ontario và từ muỗi chúng lây sang người. Không có cách chi để có thể tiên đoán được là siêu vi trùng West Nile sẽ gây bệnh nghiêm trọng cho riêng một năm nào.

Các số liệu ngắn gọn về siêu vi trùng West Nile

- Siêu vi trùng West Nile lần đầu tiên xuất hiện tại Ontario vào năm 2001.
- Siêu vi trùng lây truyền sang người qua muỗi khi các con muỗi hút máu chim đã bị nhiễm bệnh.
- Với những người có các triệu chứng bệnh, đa số họ sẽ bị bệnh nhẹ bao gồm sốt, nhức đầu, đau nhức cơ thể, nôn mửa, ói và nổi mẩn đỏ ở ngực, ở bụng hay ở lưng.
- Khoảng một trong số 150 người bị nhiễm bệnh sẽ có các triệu chứng nghiêm trọng bao gồm sốt cao, nhức đầu dữ dội, bắp thịt suy yếu, cổ cứng đờ, bị lẫn lộn, rùng mình, tê mất cảm giác và bất ngờ nhạy cảm với ánh sáng.
- Các triệu chứng thường bộc phát khoảng từ hai đến 15 ngày sau khi bị chích bởi muỗi mang mầm bệnh.

Mặc đồ kín

Điều quan trọng là quý vị phải thực hiện các bước để bảo vệ mình và gia đình của mình không bị muỗi cắn. Tin mừng là điều đó dễ thực hiện.

- Dùng thuốc chống côn trùng cắn khi ở ngoài trời.
- Mặc đồ kín.
- Thường xuyên dọn sạch những nơi muỗi thích ở xung quanh nhà của quý vị.

Dùng thuốc chống côn trùng cắn khi ở ngoài trời

Hãy nghĩ đến việc dùng những thứ thuốc chống côn trùng cắn dành cho cá nhân sử dụng được đăng ký với chính phủ liên bang lên những chỗ da phơi trần, ví dụ như các loại thuốc có chứa chất DEET. Thoa một lớp mỏng là đủ.

Các thuốc xua muỗi có chất DEET cũng có thể được dùng để thoa lên trên quần áo.

Đừng thoa vào phần da đã có quần áo che.

Độ đậm đặc của chất DEET không được nhiều hơn mức 30% cho người lớn, không được nhiều hơn mức 10% cho trẻ em, và không nên dùng cho trẻ em dưới sáu tháng tuổi.

Một vài loại thuốc chống côn trùng mà không có chất DEET có đăng ký với chính phủ liên bang nhưng hiệu quả bảo vệ thì ngắn hơn so với các thuốc có chất DEET.

Phải luôn luôn đọc các chỉ dẫn in trên nhãn hiệu để biết cách sử dụng.

Nếu muỗi không đến gần quý vị được, thì chúng không thể nào chích quý vị.

Tránh tối đa việc phơi trần da thịt bằng cách mặc áo dài tay hay mang áo khoác và mặc quần dài.

Muỗi bị thu hút bởi các màu tối, màu sậm, vì vậy hãy nhớ mặc đồ màu sáng nếu có thể.

Và nếu bên ngoài trời ảm đạm và quý vị đặc biệt phải ở lâu ngoài trời, hãy nghĩ đến việc mặc quần áo bảo vệ đặc biệt chống côn trùng cắn.

Dọn dẹp sạch sẽ và không để cho muỗi có nơi sinh sản

Cách tốt nhất để tránh bị muỗi cắn là phải dọn sạch những khu vực nơi muỗi thích sinh sản.

Không giống như chim và các loài côn trùng khác, phần lớn muỗi không bay xa và có khuynh hướng ở gần nơi chúng sinh sản và nơi chúng thường sống.

Muỗi đẻ trứng ở những nơi có nước ao tù – thậm chí với số lượng nước rất ít. Chu kỳ đời sống của muỗi từ trứng sang muỗi trưởng thành không lâu hơn bảy ngày.

Vì vậy điều quan trọng là phải thường xuyên dọn sạch nước đọng chung quanh nhà của quý vị – ít nhất một lần mỗi tuần thì tốt.

Các muỗi trưởng thành thích ở những nơi lùm bụi rậm rạp. Đừng để các lùm cây và bụi hoa mọc quá dày và đừng để có rác rến. Và hãy thường xuyên trở mặt cho phân ủ.

Mười nơi muỗi thích làm tổ nhất

1. Các bể nước của chim
2. Các vỏ xe cũ
3. Các thùng chứa không xài đến như các thùng phuy
4. Các đĩa lót chậu hoa
5. Các tấm che của hồ bơi
6. Các hồ nước của trẻ em
7. Các máng xối và các đường thoát nước bị nghẹt
8. Các cống rãnh bị nghẹt
9. Các đồ chứa nước nhỏ như các lon thiếc hay các nắp chai
10. Các đồ chơi hay các xe cũ của trẻ em

Để biết thêm chi tiết:

www.health.gov.on.ca/westnile
INFOLine 1-877-234-4343
TTY 1-800-387-5559

Để biết chi tiết về thuốc diệt lăng quăng và thuốc diệt muỗi trong cộng đồng quý vị, xin gọi cho đơn vị y tế cộng đồng tại địa phương của quý vị.