

Nagdadalang tao? Nagpaplanong magkaanak?



Kausapin ang iyong tagapagalaga ng pangkalusugan tungkol sa Zika bago ka magplanong maglakbay.

Ipagpaliban ang iyong paglalakbay sa mga lugar na mayroong Zika.

Ang Zika ay isang virus na ikinakalat ng mga lamok at ng pakikipagtalik. Maaari itong magdulot ng **mga depekto sa kapanaganan at makunan.**

Dapat ipagpaliban ng mga babaeng nagdadalang tao ang paglalakbay papunta sa:

- Mexico
- Gitnang Amerika
- Timog Amerika
- Mga Isla Pasipiko
- Caribbean
- Timog-silangang Asya
- Sub-Saharan Africa at Cape Verde Islands

Iniisip mo bang maglakbay sa Florida?

Kausapin ang iyong tagapagalaga ng pangkalusugan.

Kailangang maglakbay? Protektahan ang iyong sarili mula sa mga kagat ng lamok. Magsuot ng mga pantaas na may mahabang manggas at pantalon. Gumamit ng pang-iwas sa insekto na may DEET, picaridin, IR3535, o langis ng lemon eucalyptus.



Para sa karagdagang impormasyon:

<https://www.cdc.gov/zika/geo/>

<https://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-information>

Kagawaran ng Kalusugan ng Publiko ng San Francisco

Abril 2017