

# CHIKUNGUNYA

## Des gestes simples pour l'éviter

### Éliminez les lieux de ponte



- Éliminez les déchets autour de la maison, en particulier les pneus



- Couvrez les citernes et les puits



- Videz ou couvrez les piscines



- Evacuez l'eau stagnante sur les surfaces et toitures plates



- Supprimez les soucoupes
- Changez régulièrement l'eau des fleurs



- Effectuez ces opérations 2 à 3 fois par semaine

### Protégez-vous



- Portez des vêtements amples et couvrants



- Appliquez des produits répulsifs sur les parties découvertes du corps selon les instructions du fabricant



- Dormez sous une moustiquaire, même le jour
- Posez des moustiquaires sur les fenêtres



- Protégez-vous à tout moment: les moustiques *Aedes* piquent surtout pendant la journée!

### Consultez votre médecin en cas de symptômes



- Fièvre brutale (supérieure à 38,5°C)
- Maux de tête
- Douleurs musculaires ou articulaires, surtout au niveau des extrémités (chevilles, phalanges et poignets)
- Courbatures et fatigue



- L'usage de l'acide acétylsalicylique (aspirine) est contre-indiqué
- Le chikungunya se manifeste en moyenne 4 à 7 jours après la piqûre infectante. Continuez à vous protéger pour éviter la diffusion!
- Pour en savoir plus: [www.paho.org/chikungunya](http://www.paho.org/chikungunya)

*Nous avons votre santé à cœur: protégez-vous!*

# CHIKUNGUNYA

## Simple steps to stop transmission

### Eliminate breeding areas



- Get rid of waste around the home, especially used tires



- Cover water tanks and wells



- Empty and cover pools



- Get rid of standing water on flat roofs



- Get rid of outdoor plant saucers
- Regularly change water in vases



- Take these steps two or three times a week

### Protect yourself



- Wear loose clothing that covers arms and legs



- Apply a mosquito repellent to exposed skin following manufacturer instructions



- Sleep under a mosquito net, even during the day
- Put mosquito screens on windows



- Protect yourself at all times: *Aedes* mosquitoes usually bite during the day!

### Consult your physician



- High fever (over 38.5°C)
- Headache
- Muscle or joint pain, especially at extremities (ankles, fingers, toes and wrists)
- Aches and fatigue



- Taking aspirin (acetylsalicylic acid) is not recommended
- Chikungunya virus symptoms appear an average of four to seven days after the bite. Protect yourself to help stop the spread of the virus!
- To learn more: [www.paho.org/chikungunya](http://www.paho.org/chikungunya)

*We care. Protect yourself!*