



Afya ya Kaunti ya Dallas na Huduma za Kibinadamu inawakumbusha kila mtu kwamba Virusi vya Nile Magharibi (WNV) Msimu katika Kaunti ya Dallas ni kuanzia Aprili hadi Novemba.

Kumbuka kusaidia kujilinda wewe na familia yako kwa kufuata **4D's**.

Tetea kwa kutumia 4D's

**DEET:** Ukiwa nje, tumia dawa za kufukuza wadudu za DEET au bidhaa zingine zilizoidhinishwa na EPA kwa kila maagizo

**Mavazi:** Vaa nguo ndefu, zilizolegea na za rangi nyepesi nje

**Kutoa maji:** Ondoa maji yote yaliyosimama ndani na karibu na makazi

**Jioni na Alfajiri:** Zuia shughuli za nje kwa nyakati hizi, wakati mbu wa WNV wanafanya kazi zaidi



WNV ni ugonjwa unaoenezwa na mbu unaoenezwa kwa watu kwa kuumwa na mbu. Iliripotiwa kwa mara ya kwanza nchini Merika mnamo 1999 na katika Kaunti ya Dallas mnamo 2002. Miaka mikali zaidi kwa WNV katika Kaunti ya Dallas ilikuwa 2012, 2016, na 2020.

Kwa sababu WNV ni ya kawaida ndani ya DFW na kuna tofauti katika ukali wa WNV kutoka mwaka hadi mwaka, Kaunti ya Dallas:

- Hufanya ufuatiliaji **wa mara kwa mara, mwaka mzima na wa kina** katika kaunti nzima • **Hujibu kwa haraka** wakati mbu kutoka kwenye mtego ni chanya kwa WNV • Huwahimiza **wakazi wote** kujilinda dhidi ya kuumwa na mbu.

Vituo vya Kudhibiti na Kuzuia Magonjwa vinaeleza kuwa njia bora ya kuzuia magonjwa yanayoenezwa na mbu kama vile Virusi vya Nile Magharibi ni kuzuia kuumwa na mbu. Hili linaweza kukamilishwa kupitia programu za usimamizi wa mbu zilizojumuishwa katika jamii na kwa tabia za ulinzi wa kibinafsi, kama vile

- **Kuepuka mbu.** Maafisa wa afya wanaweza kupendekeza wakazi kuepuka nje shughuli wakati mbu wanafanya kazi zaidi na viwango vya juu vya shughuli za virusi vimegunduliwa.

- **Matumizi ya dawa za kuuu watu.** CDC inapendekeza kutumia dawa za kufukuza wadudu zilizosajiliwa na EPA au kujifunika kwa mashati ya mikono mirefu na suruali ndefu wakati wa nje.
- **Uondoaji wa vyanzo vya makazi ya mbu.** Mara moja kwa juma, wakaaji wanapaswa kumwaga maji, kufunika, au kutupa vitu vyenye maji, kama vile matairi, ndoo, vipandikizi, vinyago, madimbwi, bafu za ndege, vyungu vya maua au vyombo vya takataka.

Kuumwa na mbu kunaweza kuepukwa kwa kutotoka nje wakati mbu wanauma, na mapendekezo ya kuzuia shughuli za nje wakati na ambapo viwango vya juu vya shughuli za virusi vimegunduliwa ni sehemu ya programu za kuzuia.

Chanzo cha maudhui: [Vituo vya Kudhibiti na Kuzuia Magonjwa](#)

