




Alamin ang tungkol sa Zika.

Ang mga lugar sa Sentral at Timog Amerika, ang Caribbean, Mexico, at mga bahagi ng Asya at ang Estados Unidos ay mayroong mga lamok na nagkakalat ng Zika.






Ang mga buntis na babae, mga babaeng maaaring mabuntis, at ang kanilang sekswal na mga kapareha ay dapat iwasang maglakbay sa mga lugar kung saan kumakalat ang Zika.

Kung dapat kang maglakbay sa mga lugar na ito...

	Gumamit ng spray para sa lamok na aprubado ng Environmental Protection Agency (EPA) kapag nasa labas.
	Magsuot ng mga kamiseta na mahaba ang manggas at pantalon para iwasan ang mga kagat ng lamok.
	Mamalagi o matulog sa naka-screen o may air condition na mga kwarto.

Kapag bumalik ka...

	Tingnan ang mga palatandaan ng karamdaman ng hanggang sa 14 na araw pagkatapos mong maglakbay at patuloy na gumamit ng spray para sa lamok.
	Kung mayroon kang lagnat, pananakit ng kasukasan o kalamnan, pantal o namumulang mga mata, tawagan ang iyong doktor at pag-usapan ang tungkol sa iyong pagbibiyaha.
	Kung ikaw ay buntis, tawagan ang iyong doktor at pag-usapan ang tungkol sa iyo, o sa paglalakbay ng iyong kapareha, kahit na wala kang mga sintomas.

Binago noong 01/03/2017

Para sa karagdagang impormasyon, o para makahanap ng mga serbisyong pang-medikal at panlipunan, tumawag sa 2-1-1






Alamin ang tungkol sa Zika.




Ang mga lugar sa Sentral at Timog Amerika, ang Caribbean, Mexico, at mga bahagi ng Asya at ang Estados Unidos ay mayroong mga lamok na nagkakalat ng Zika.

Ang mga buntis na babae, mga babaeng maaaring mabuntis, at ang kanilang sekswal na mga kapareha ay dapat iwasang maglakbay sa mga lugar kung saan kumakalat ang Zika.

Kung dapat kang maglakbay sa mga lugar na ito...

	Gumamit ng spray para sa lamok na aprubado ng Environmental Protection Agency (EPA) kapag nasa labas.
	Magsuot ng mga kamiseta na mahaba ang manggas at pantalon para iwasan ang mga kagat ng lamok.
	Mamalagi o matulog sa naka-screen o may air condition na mga kwarto.

Kapag bumalik ka...

	Tingnan ang mga palatandaan ng karamdaman ng hanggang sa 14 na araw pagkatapos mong maglakbay at patuloy na gumamit ng spray para sa lamok.
	Kung mayroon kang lagnat, pananakit ng kasukasan o kalamnan, pantal o namumulang mga mata, tawagan ang iyong doktor at pag-usapan ang tungkol sa iyong pagbibiyaha.
	Kung ikaw ay buntis, tawagan ang iyong doktor at pag-usapan ang tungkol sa iyo, o sa paglalakbay ng iyong kapareha, kahit na wala kang mga sintomas.

Binago noong 01/03/2017

Para sa karagdagang impormasyon, o para makahanap ng mga serbisyong pang-medikal at panlipunan, tumawag sa 2-1-1






Alamin ang tungkol sa Zika.




Ang mga lugar sa Sentral at Timog Amerika, ang Caribbean, Mexico, at mga bahagi ng Asya at ang Estados Unidos ay mayroong mga lamok na nagkakalat ng Zika.

Ang mga buntis na babae, mga babaeng maaaring mabuntis, at ang kanilang sekswal na mga kapareha ay dapat iwasang maglakbay sa mga lugar kung saan kumakalat ang Zika.

Kung dapat kang maglakbay sa mga lugar na ito...

	Gumamit ng spray para sa lamok na aprubado ng Environmental Protection Agency (EPA) kapag nasa labas.
	Magsuot ng mga kamiseta na mahaba ang manggas at pantalon para iwasan ang mga kagat ng lamok.
	Mamalagi o matulog sa naka-screen o may aircondition na mga kwarto.

Kapag bumalik ka...

	Tingnan ang mga palatandaan ng karamdaman ng hanggang sa 14 na araw pagkatapos mong maglakbay at patuloy na gumamit ng spray para sa lamok.
	Kung mayroon kang lagnat, pananakit ng kasukasan o kalamnan, pantal o namumulang mga mata, tawagan ang iyong doktor at pag-usapan ang tungkol sa iyong pagbibiyaha.
	Kung ikaw ay buntis, tawagan ang iyong doktor at pag-usapan ang tungkol sa iyo, o sa paglalakbay ng iyong kapareha, kahit na wala kang mga sintomas.

Binago noong 01/03/2017

Para sa karagdagang impormasyon, o para makahanap ng mga serbisyong pang-medikal at panlipunan, tumawag sa 2-1-1






Learn about Zika.

Areas of Central and South America, the Caribbean, Mexico, and parts of Asia and the U.S. have mosquitoes that are spreading Zika.




Pregnant women, women likely to become pregnant, and their sexual partners should avoid traveling to areas where Zika is spreading.

If you must travel to these areas...

	Use Environmental Protection Agency (EPA) approved mosquito spray when outside.
	Wear long sleeve shirts and pants to avoid mosquito bites.
	Stay or sleep in screened-in or air conditioned rooms.

When you return...

	Check for signs of illness up to 14 days after you travel and continue to use mosquito spray.
	If you have fever, joint or muscle pain, rash or red eyes, call your doctor and talk about your travel.
	If you're pregnant, call your doctor and talk about your travel, or your partner's travel, even if you don't have symptoms.

Revised 1/03/2017

For more information, or to find medical and social services, call 2-1-1






Learn about Zika.

Areas of Central and South America, the Caribbean, Mexico, and parts of Asia and the U.S. have mosquitoes that are spreading Zika.



Pregnant women, women likely to become pregnant, and their sexual partners should avoid traveling to areas where Zika is spreading.

If you must travel to these areas...

	Use Environmental Protection Agency (EPA) approved mosquito spray when outside.
	Wear long sleeve shirts and pants to avoid mosquito bites.
	Stay or sleep in screened-in or air conditioned rooms.

When you return...

	Check for signs of illness up to 14 days after you travel and continue to use mosquito spray.
	If you have fever, joint or muscle pain, rash or red eyes, call your doctor and talk about your travel.
	If you're pregnant, call your doctor and talk about your travel, or your partner's travel, even if you don't have symptoms.

Revised 1/03/2017

For more information, or to find medical and social services, call 2-1-1






Learn about Zika.

Areas of Central and South America, the Caribbean, Mexico, and parts of Asia and the U.S. have mosquitoes that are spreading Zika.



Pregnant women, women likely to become pregnant, and their sexual partners should avoid traveling to areas where Zika is spreading.

If you must travel to these areas...

	Use Environmental Protection Agency (EPA) approved mosquito spray when outside.
	Wear long sleeve shirts and pants to avoid mosquito bites.
	Stay or sleep in screened-in or air conditioned rooms.

When you return...

	Check for signs of illness up to 14 days after you travel and continue to use mosquito spray.
	If you have fever, joint or muscle pain, rash or red eyes, call your doctor and talk about your travel.
	If you're pregnant, call your doctor and talk about your travel, or your partner's travel, even if you don't have symptoms.

Revised 1/03/2017

For more information, or to find medical and social services, call 2-1-1

