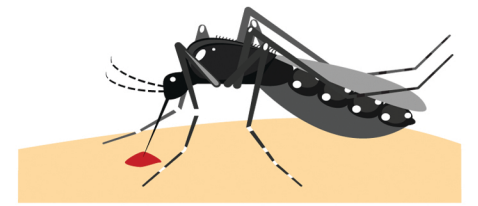


# IPAGSANGGALANG ANG IYONG SARILI AT ANG IYONG SANGGOL LABAN SA ZIKA

Ang **ZIKA VIRUS** ay nauugnay sa mga pagkaagas at mga depekto sa panganganak.

Ang pangunahing sanhi sa paglaganap ng **ZIKA** ay mga lamok na may dala nito.

Maaari mo ring makuha ang **ZIKA** sa pamamagitan ng pakikipagtalik sa kapartner na may impeksyon.



## PAG-IWAS



### **MAGSUOT NG MGA PANTALON AT DAMIT NA MAHABA ANG MANGGAS**

upang mabawasan ang pagkalantad sa mga lamok.



### **GUMAMIT NG PANTABOY NG INSEKTO**

na rehistrado sa Environmental Protection Agency. (EPA)



### **ITAPON ANG MGA NAKATAMBAK NA TUBIG**

gumamit ng larvicide upang maiwasan ang pangitingitlog ng mga lamok malapit sa inyong tahanan.



### **GUMAMIT NG MGA SCREEN**

sa mga bintana at pinto upang hindi makapasok ang lamok sa inyong tahanan.



### **GUMAMIT NG CONDOM**

upang mabawasan ang panganib na mahawa sa pamamagitan ng pakikipagtalik.

Para sa iba pang kaalaman kung paano mapanatiliing protektado, bumisita sa

**ABOUTZIKA.ORG**