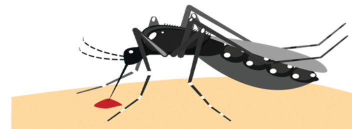
IPAGSANGGALANG ANG IYONG SARILI AT ANG IYONG SANGGOL LABAN SA ZIKA

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 pangingitlog 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 kaalamanan kung paano mapanatilihing protektado, bumisita sa **ABOUTZIKA.ORG**

APIAHF
ASIAN & PACIFIC ISLANDER AMERICAN HEALTH FORUM