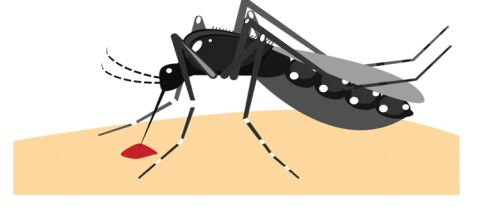


خود کو اور اپنے بچے کو زیکا سے محفوظ رکھیں

زیکا وائرس کا تعلق اسقاط اور پیدائشی نقائص سے ہے۔

زیکا بنیادی طور پر آلودہ مچھروں کے ذریعہ پھیلتا ہے۔

آپ کو متاثرہ پارٹنر سے جنسی عمل کے ذریعہ بھی **زیکا** لاحق ہوسکتا ہے۔



روکتھام



مچھروں کا خطرہ کم کرنے کے لیے **لمبی آستینوں** والے شرٹ اور **پینٹس پہنیں۔**



ایسی کیڑے مار اشیاء استعمال کریں جو انوائرنمنٹل کے ساتھ رجسٹرڈ ہو۔ (EPA) پروٹیکشن ایجنسی



مچھروں کو اپنے گھر کے قریب انڈے دینے سے روکنے کے لیے **کھڑے پانی کو پھینک دیں** یا لاروا کش استعمال کریں۔



مچھروں کو گھر سے باہر رکھنے کے لیے **کھڑکیوں اور دروازوں** پر جالیوں کا استعمال کریں۔



جنسی عمل کے ذریعہ منتقلی کے خطرے کو کم کرنے کے لیے **کنڈومز استعمال** کریں۔

ہی ہرے سی ک ظوف ح م ہ ک ے ی ل ے ک ے ن ن ا ج د ی ز م ی م ے ر ا ب س ا
- ی ی ا ج ر پ **ABOUTZIKA.ORG**