



對抗 蚊子叮咬

自我保護

避免蚊子

傳播的疾病



蚊子不只會造成困擾，還會傳播西尼羅病毒與其他疾病。

攜帶西尼羅病毒的蚊子遍及美國，包括紐約市 (NYC) 在內。感染西尼羅病毒的人大都沒有症狀，但是對於老年人與免疫系統衰弱的人可能會有嚴重的影響。

茲卡病毒是另一種由蚊子攜帶傳播的病毒，目前在紐約市尚未發現攜帶該病毒的蚊子。但是其他地方的蚊子可能帶有該病毒。請造訪 [cdc.gov/zika](https://www.cdc.gov/zika) 瞭解最新的茲卡病毒疫情地點。已經懷孕或計劃懷孕的婦女，請不要到茲卡病毒疫區旅行。

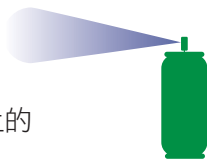
此手冊提供協助您避免蚊子叮咬與其所散播疾病的提示。

自我保護的方法

- 在戶外時穿長袖襯衫、褲子與襪子。



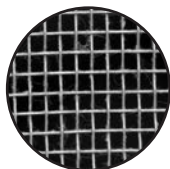
- 使用含有 picaridin、DEET、檸檬尤加利精油或 IR3535 的驅蚊劑。請務必依照標籤上的指示進行使用。



- 盡量避開林蔭茂密的區域 - 這是蚊子最喜愛的棲息地。



- 確定您家的門窗都有密合的紗網。修理或更換有裂縫或破洞的紗網。



請撥打 311 舉報積水。衛生局會在 4 月 1 日與 10 月 31 日之間對所有積水的通報進行調查。

減少住家附近蚊子的方法

蚊子需要水才能產卵。即使是小至瓶蓋的極少量積水，都能成為蚊子繁殖的場所。盡本分排除積水。

- 清除會積水的廢輪胎、罐子、塑膠與陶瓷盆和其他容器。



- 在未使用時，翻轉塑膠戲水池、手推車和無法移除或存放在院子裡的其他物品。
- 屋頂排水溝維持乾淨，並確定適當排流。

- 清潔與維護游泳池、戶外三溫暖與熱浴池。在未使用時，排乾並覆蓋這些物品。



- 定期清潔與更換鳥浴中的水。
- 在觀賞性池塘飼養以蚊子幼蟲為食物的魚、保持池內通氣，或是以殺死蚊子的 Bti（蘇力菌以色列亞種，例如 Mosquito Dunks™）處理。

紐約市協助防治蚊子的方式

紐約市透過以下方式致力於防治與減少蚊子的數量：

- 教導紐約市民防範蚊子的自我保護
- 移除積水
- 噴灑殺幼蟲劑，消滅幼蚊
- 噴灑殺蟲劑撲殺成蚊
- 捕捉與檢測蚊子，判定受感染蚊子的地點

在使用卡車或直昇機噴灑殺幼蟲劑開始前至少 24 到 48 小時，衛生局會向大眾發出警告。

保護自己與家人，遠離殺蟲劑

衛生局為防治蚊蟲所噴灑的殺蟲劑對人與寵物的風險較低。有些對噴灑成分過敏的人士可能會在短期內感覺眼睛或喉嚨受到刺激，或起疹子。罹患氣喘或其他呼吸道問題的患者也可能受到一定影響。

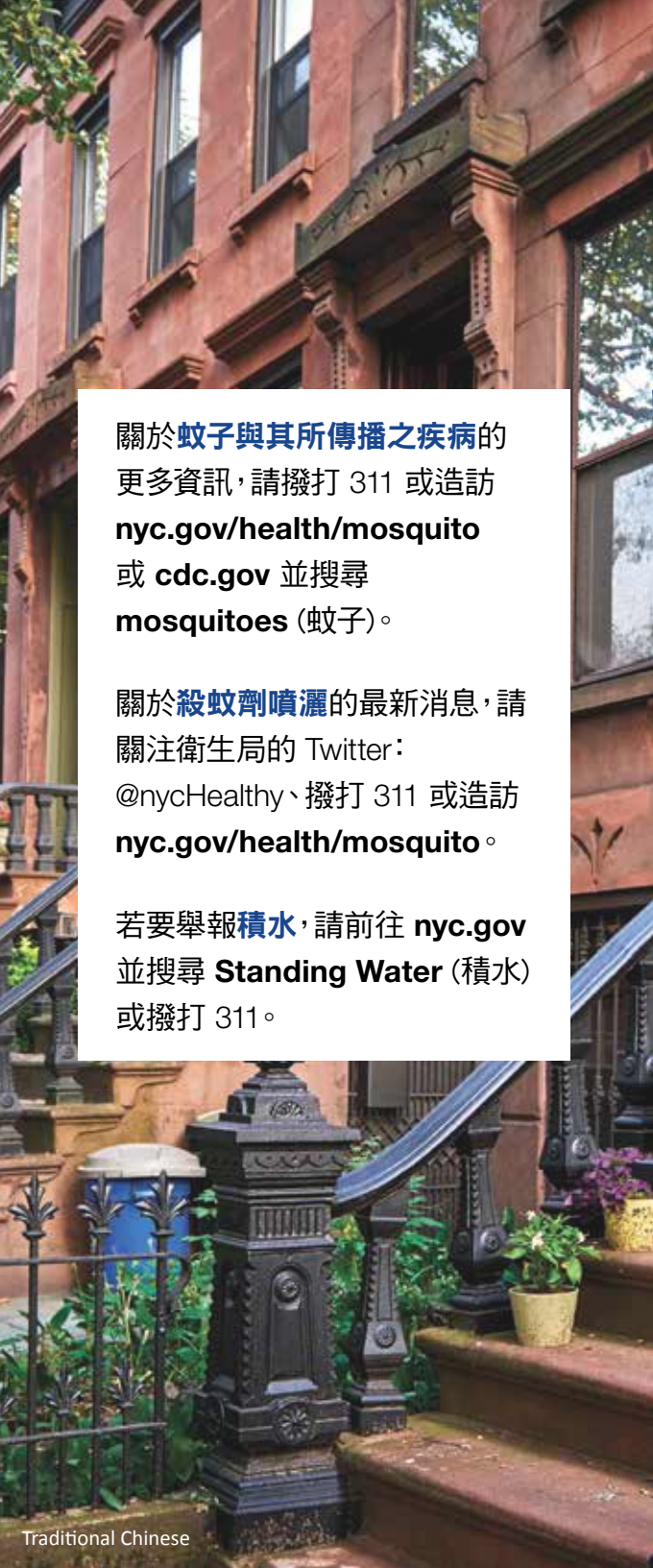
噴灑期間：

- 盡可能待在室內。
- 可以打開冷氣機。雖然沒有必要，但您也可以關閉冷氣排風管，或選擇再循環功能。

噴灑之後：

- 雖然沒有必要，但您也可以使用肥皂與清水來清洗置於室外的玩具及設備。
- 使用肥皂與清水來清洗接觸到殺蟲劑的皮膚和衣物。
- 務必使用清水來清洗水果和蔬菜。

若您對殺蟲劑的噴灑起了嚴重的反應，請打電話給您的醫師或紐約市毒物防治中心 (NYC Poison Control Center)，電話：
1-800-222-1222。



關於**蚊子與其所傳播之疾病**的更多資訊，請撥打 311 或造訪 nyc.gov/health/mosquito 或 cdc.gov 並搜尋 **mosquitoes** (蚊子)。

關於**殺蚊劑噴灑**的最新消息，請關注衛生局的 Twitter：
[@nycHealthy](https://twitter.com/nycHealthy)、撥打 311 或造訪 nyc.gov/health/mosquito。

若要舉報**積水**，請前往 nyc.gov 並搜尋 **Standing Water** (積水) 或撥打 311。