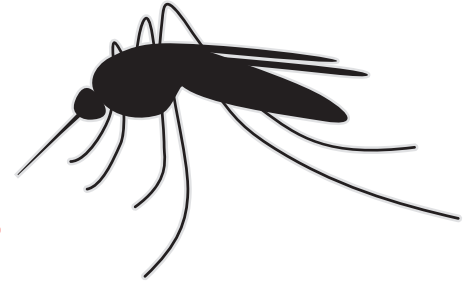


Take Control FIGHT

the Bite!



Remember the “Four D’s” to defend yourself against West Nile virus.



DUSK/DAWN are the times of day you should try to stay indoors. This is when infected mosquitoes are most active.



DRESS in light-colored long sleeves and pants when you’re outside. For extra protection, you may want to spray thin clothing with repellent.



DEET (N, N-diethyl-m-toluamide) is an ingredient to look for in your insect repellent. Follow label instructions, and always wear repellent when outdoors.



DRAIN standing water in your backyard and neighborhood – bird baths, old tires, flowerpots, and clogged rain gutters. These are mosquito breeding sites.

If you have symptoms that include stiff neck, high fever, or severe headache, contact your health-care provider immediately.

Visit the Texas Department of State Health Services at www.dshs.state.tx.us for:

- Frequently Asked Questions
- Local West Nile Contacts
- Where has West Nile been Found in Texas?
- West Nile Facts

City of Arlington
Community Development &
Planning/Health Services

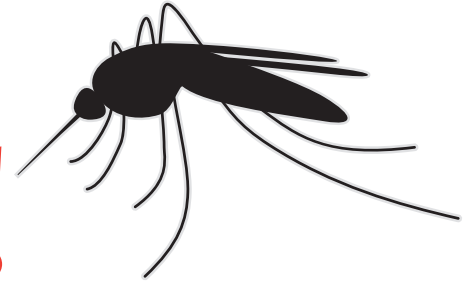
817-459-6502
www.arlingtontx.gov



ProtectTexas™
Defend yourself against West Nile virus

Center for Disease Control www.cdc.gov

Tome el mando **¡COMBATA** la Picadura!



Recuerde las "4 D's" para defenderse del virus West Nile.



DENTRO de casa. Trate de estar adentro al anochecer y al amanecer. Estas son las horas cuando los mosquitos infectados están más activos.



DE manga larga. Vista pantalones y camisas de manga larga de colores claros cuando esté afuera. Para mejor protección, rocíe la ropa de trama fina con repelente.



DEET (N, N-diethyl-m-toluamide) es el ingrediente que usted debe buscar en el envase cuando compre repelente para insectos. Siga las instrucciones de la etiqueta, y use siempre repelente cuando esté afuera.



DESHAGASE del agua estancada. Revise alrededor de su casa: bañeras para pájaros, llantas viejas, macetas, fuentes, y desagües tapados. Estos son lugares donde se crían mosquitos.

Si usted tiene síntomas como rigidez en el cuello, fiebre alta, o fuerte dolor de cabeza, consulte a su médico inmediatamente.

Visita el Departamento de Servicios de Salud del Estado de Tejas
al www.dshs.state.tx.us:

Contactos locales acerca del Virus • ¿Dónde se ha encontrado el virus West Nile en Texas?
• Preguntas más frecuentes • Hechos de West Nile

La Ciudad de Arlington
Departamento de Servicios de
Planificación
y Desarrollo/Servicios de Salud
817-459-6502 www.arlingtontx.gov

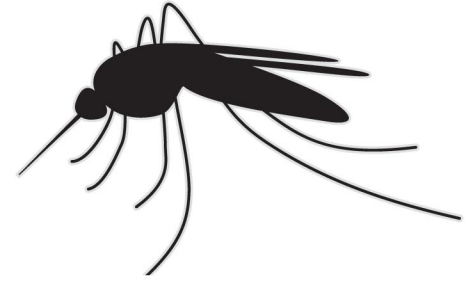


TEXAS
Department of
State Health Services

ProtectTexas™
Defend yourself against West Nile virus

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades www.cdc.gov

ĐỀ PHÒNG MUỖI CẢN!



Xin nhớ bốn chữ "D" **4D's** để phòng ngừa chống lại vi trùng West Nile!



DUSK/DAWN Lúc nhá nhem tối hoặc tảng sáng là thời gian bạn nên ở trong nhà vì đây là lúc muỗi có vi trùng hoạt động nhiều nhất.



DRESS Nên mặc áo tay dài và quần dài màu sáng khi ở ngoài trời. Để bảo vệ thêm, có thể xịt nhẹ thuốc trừ muỗi lên quần áo.



DEET Là thành phần hợp chất có trong thuốc trừ côn trùng. Hãy làm theo bảng chỉ dẫn và luôn luôn sử dụng trước khi ra ngoài trời.



DRAIN Thoát nước ở những chỗ nước đọng sau vườn như: chỗ chim tắm, vỏ bánh xe cũ, chậu hoa và chỗ nước đọng trên máng xối là những nơi muỗi sinh sản.

Nếu quý vị có những triệu chứng như cổ bị cứng, sốt cao hoặc đau đầu dữ dội, liên lạc ngay bác sĩ gia đình!

Visit the Texas Department of State Health Services at www.dshs.state.tx.us for:

- Frequently Asked Questions • Local West Nile Contacts
- Where has West Nile been Found in Texas? • West Nile Facts

City of Arlington
Community Development &
Planning/Health Services
817-459-6502
www.arlingtontx.gov



ProtectTexas™
Defend yourself against West Nile virus

Center for Disease Control www.cdc.gov