

# Banjir dan penyakit bawaan nyamuk

Penerangan tentang cara mencegah penyakit bawaan nyamuk selepas banjir atau hujan lebat

Malay | Bahasa Melayu | ملايو بهاس

## OFFICIAL

Selepas banjir atau hujan lebat, nyamuk membiak dan merebak dalam lopak-lopak air yang tertinggal. Nyamuk dapat membawa penyakit dan menyebarkannya dengan menggigit anda.

### Cara terbaik untuk mencegah penyakit bawaan nyamuk adalah dengan mengelakkan gigitan nyamuk!

Penyakit bawaan nyamuk di Victoria termasuk virus Ross River, Virus Barmah Forest, virus Murray Valley Encephalitis (MVE) dan Japanese encephalitis (JE). Virus JE dan MVE boleh menyebabkan penyakit teruk dan kematian bagi sesetengah orang. Vaksin JE disediakan secara percuma untuk orang tertentu. Bertanyalah dengan GP anda sekiranya anda layak. Maklumat lanjut tentang vaksin JEV boleh didapati di sini.

### Lindungi diri anda daripada gigitan nyamuk!

- Pakai pakaian yang menutup tubuh. Pakai pakaian labuh, longgar dan berwarna terang.
- Gunakan bahan penghalau serangga mengandungi picaridin atau DEET.
- Jangan lupa kanak-kanak – sentiasa periksa label penghalau serangga. Untuk bayi, sembur atau gosok bahan penghalau serangga pada pakaian, bukan pada kulit mereka. Jangan sembur atau sapukan pada tangan bayi atau kanak-kanak kecil.
- Jangan keluar jika nampak banyak nyamuk di luar, terutama pada waktu fajar dan senja, iaitu waktu puncak gigitan nyamuk.
- Tidur dalam kelambu jika berada di luar dan tidak dilindungi skrin serangga.
- Gunakan semburan lalat, lingkaran ubat nyamuk dan alat penghalau elektrik jika berkumpul untuk duduk-duduk atau makan.
- Elakkan kawasan yang ada air bertakung dan duduklah di dalam bangunan jika dapat.

### Di sekitar rumah

- Buang air dan bekas tempat nyamuk membiak termasuk baldi, tayar lama, kolam ikan, tangki air tidak bertutup dan bekas pasu tanaman.
- Bekas air di sekeliling rumah patut dikosongkan sekurang-kurang seminggu sekali.
- Tutup semua tingkap, pintu, bolong dan tempat masuk lain dengan skrin serangga.
- Buang barang buangan atau tumbuhan yang tumbuh di longkang dan talang.
- Kurangkan lopak air di dalam atau sekitar laman.
- Periksa skrin tangki air sama ada berfungsi dengan betul dan gantikan skrin yang rosak.

### Di mana mendapatkan bantuan

Jika bimbang tentang kesihatan, jumpa GP anda atau hubungi Nurse-On-Call di 1300 60 60 24. Jika ada kecemasan, hubungi 000. Untuk sokongan lain, hubungi majlis tempatan anda.

Untuk menerima penerbitan ini dalam format mudah akses, sila e-mel [pph.communications@health.vic.gov.au](mailto:pph.communications@health.vic.gov.au)

