

# FIGHT THE BITE!

# ¡COMBATA LA PICADURA!

## West Nile Virus is Preventable

Mosquitoes that transmit West Nile Virus bite in the early morning and early evening hours, and sometimes throughout the night. If you go out in the early morning or evening hours, **wear long pants and a long-sleeved shirt.**

Mosquitoes lay their eggs on standing water. **Get rid of standing water** around your home. Keep screens with no rips or tears on your windows and doors to keep mosquitoes out.

Use an EPA-registered insect repellent with **DEET, picaridin, IR3535 or oil of lemon eucalyptus.**

West Nile Virus is found throughout California. Dead birds and squirrels may be a sign that the virus is present in your area, so report them to [www.westnile.ca.gov](http://www.westnile.ca.gov) or 1-877-WNV-BIRD.

People who get sick with West Nile Virus may feel like they have the flu (fever, headaches, body aches, rash). Call your doctor or clinic if you have questions.

For more information:

San Mateo County: [smchealth.org/wnv](http://smchealth.org/wnv) or (650) 573-2346

## Se Puede Prevenir el Virus del Nilo Occidental

Los mosquitos que transmiten el Virus del Nilo Occidental pueden picar en las primeras horas de la mañana, al atardecer, y a veces durante toda la noche. Si sale temprano en la mañana o en la tarde use **pantalones y camisa de manga larga.**



Los mosquitos ponen sus huevos y crecen en el agua estancada. **Elimine toda agua estancada** alrededor de su casa. Arregle o cambie los mosquiteros rasgados o faltantes de las puertas y ventanas, para evitar que los mosquitos entren a su hogar.

Use un repelente contra insectos que esté registrado con el EPA. Los repelentes deben contener los ingredientes **DEET, Picaridin, IR3535 o el aceite de eucalipto de limón.**

Las personas que se enferman pueden sentirse como si tuvieran gripe. Llame a su médico o clínica si tiene alguna pregunta.



COUNTY OF SAN MATEO  
HEALTH SYSTEM