

# Fight the Bite!

Basic Facts to Help You Avoid West Nile Virus



**O**utdoor events don't have to be canceled this summer to avoid mosquitoes. By taking personal precautions and controlling mosquito breeding you can reduce your risk of contracting the West Nile virus.

## Join The Swat Team

Here are some things that you can do to reduce being bitten by a mosquito:

- Limit time outdoors from dusk until dawn.
- Use mosquito repellents that contain DEET.
- Wear lightweight, loose-fitting long sleeve shirts and pants whenever possible.
- Check the screening on your windows and doors.

## Don't be a "Mosquito Farmer"

You can help to eliminate mosquito-breeding sites in your yard and neighborhoods. The closer to your home that mosquitoes breed, the more at risk you and your family are of being bit.

**Pour out** or remove standing water in flowerpot saucers, gutters, puddles, buckets and watering cans. Check gardening equipment and children's outdoor toys. Turn wading pools & wheelbarrows upside-down when not in use. Drill holes in the bottom of tire swings to allow the water to drain. Cover rain barrels.

**Throw out** unneeded items that collect water, i.e. discarded tires, old items in your yard. Cover trash cans and recycling containers.

**Change out** water two to three times a week in bird baths, pet water dishes, and livestock troughs. Check the ground underneath the drain line of your swamp cooler, too.

## West Nile Basic Facts

The chance of getting sick from West Nile Virus is low. Most people who are exposed to the West Nile virus do not have any symptoms, or have a mild illness that goes away on its own in 3 to 6 days.

Less than one out of 150 people who become ill with West Nile Virus will develop a more serious form of the infection called West Nile encephalitis, which will require hospitalization. Treatment is mostly supportive care. Currently, there is no vaccine for humans.

Vaccines are available for horses. People are encouraged to vaccinate their horses. Pet birds should be kept indoors to limit mosquito exposure. Other livestock and pets are rarely affected by the West Nile virus. If you have questions or concerns, please consult your veterinarian.

## For More Information:

Pima County Health Department  
[www.pimahealth.org](http://www.pimahealth.org)

Arizona Department of Health Services:  
[www.westnileaz.com](http://www.westnileaz.com)

Centers for Disease Prevention and Control (CDC)  
[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov) keyword: West Nile

**Pima County Health Department's  
West Nile Hotline  
520-740-3191**



**Fight  
the  
Bite!**





# Luche Contra Los Mosquitos!

## Hechos básicos para ayudarle a evitar el Virus del Oeste del Nilo



**E**ste verano, los eventos al aire libre no tienen que cancelarse para evitar los mosquitos. Usted puede disminuir el riesgo de contraer el Virus del Oeste del Nilo (VON), con precauciones personales y evitando la reproducción de los mosquitos en su área.

### Unase a la Lucha

Estas son algunas acciones que usted puede seguir para no ser picado por los mosquitos:

- Limite el tiempo fuera de su casa, principalmente, entre el atardecer y el amanecer.
- Use repelentes de mosquitos que contengan DEET.
- Protéjase con ropa ligera, manga larga y pantalones, siempre que le sea posible.
- Verifique la integridad de las mallas de puertas y ventanas.

### Evite la Reproducción de Mosquitos en su Area

Usted puede contribuir a eliminar los sitios de reproducción de mosquitos en su patio y en su vecindario. Entre más cerca de su casa se reproduzcan los mosquitos, más se incrementa el riesgo, para usted y su familia, de ser picado por mosquitos.

**Evite o remueva el agua estancada** en su patio, floreros, desagues, cubetas y contenedores. Verifique que su equipo de jardinería, y juguetes del patio, no contengan agua. Coloque boca-abajo macetas y barriles que no estén en uso. Perfore el fondo de los columpios de llantas para que el agua no se acumule. Tape los barriles y recipientes de agua de lluvia.

**Tire a la basura los recipientes no necesarios que puedan coleccionar agua, como llantas y recipientes viejos.** Tape los botes de basura, contenedores de agua, reciclado, etc.

**Cambie el agua de beber de sus animales domésticos y baños de pájaros.** Verifique el colector de agua de su enfriador por evaporización de agua, o swamp cooler.

### Información del Virus del Oeste del Nilo (VON)

La oportunidad de enfermarse con el VON es muy baja. La mayoría de las personas infectadas con el VON no presentan ningún síntoma, o tienen una enfermedad ligera que se autolimita de 3 a 6 días.

Entre las personas infectadas con el VON, menos de uno, entre 150 individuos, desarrollarán una forma más severa de la enfermedad, llamada encefalitis del VON. No existe tratamiento para la infección del VON. El tratamiento es principalmente de apoyo. Actualmente, no existen vacunas para las personas.

Las vacunas disponibles son sólo para caballos. Las personas que posean caballos, deberán vacunarlos. Las aves domesticadas deberán permanecer en el interior de las casas para evitar las picaduras por mosquitos. El ganado y otros animales domésticos, son raramente afectados por el VON. Si usted tiene preguntas, o preocupaciones, por favor consulte a su veterinario.

### Recursos

Departamento de Salud del Condado de Pima  
[www.pimahealth.org](http://www.pimahealth.org)

Departamento de los Servicios Médicos de Arizona  
[www.westnileaz.com](http://www.westnileaz.com)

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades  
[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov) -palabra clave: West Nile

**Departamento de Salud del Condado de Pima**  
**West Nile Hotline**  
**520-740-3191**



**Fight  
the  
Bite!**

