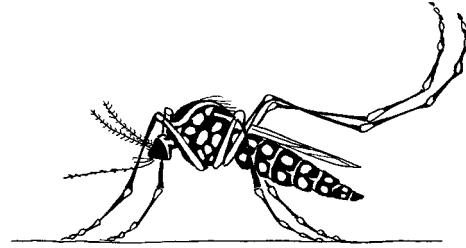


Isit nap jwenn enfòmasyon nou konnen sou maladi Zika depi mars 2017.
Lè nou vin konnen plis, nap toujou ajoute sou sa ki ekri isit.
Al vizite Hesperian nan adrès sa a: www.hesperian.org.

Viris Zika

Se yon kalite marengwen koulè nwa ki mache bay moun viris Zika a; marengwen an rele *Aedes aegypti* oubyen *Aedes albopictus*. Marengwen sa a gen yon bann ti pwen koulè blan ki fè yon bann blan sou kò a ak sou janm li yo. Se menm kalite marengwen sa ki pote viris lafyèyè deng, chikoungounya (*chikungunya*), ak lafyèyè jòn. Yo konn pike moun lajounen, sitou granmaten oubyen ta nan apremidi. Depi viris zika a parèt nan yon zòn, li ka mache gaye byen vit.



Viris Zika a ka bay yon ti lafyèyè, gratèl sou po, ak ti doulè nan tout kò a; nòmalman yon moun malad sèlman pandan detwa jou. Genyen anpil moun ki trape viris la san yo pa tonbe malad. Si gen tout maladi sa yo nan zòn pa nou an, li ka difisil pou konnen ki viris k ap atake yon moun, si se Zika, deng, oubyen chikoungounya.

Zika ak gwosès

Zika ka yon gwo danje pou yon tibebe k ap devlope nan vant manman an. Men, si yon fanm trape viris Zika a pandan gwosès li, se pa toutan tibebe a va soti donmaje. Nan peyi Brésil (Brezil), te genyen anpil moun ki te tonbe malad ak Zika. Lè fini, te genyen tibebe ki fèt ak yon pwoblèm ki grav: tèt yo twò piti. Genyen tibebe ki mouri depi yo fèt; gen lòt ki viv pi lontan, men kò yo ak sèvo yo pa devlope nòmalman. Poutèt sa, tout fanm, sitou fanm ki ka deja ansent, yo dwe fè efò pou yo pa kite marengwen pike yo. Pote ase rad, sèvi ak pwodwi anti moustik (yon likid ki pou chase yo) ki pou pase oubyen flite sou po a. Mete moustikè sou tout fenèt ak pòt yo. Dòmi anba moustikè.

Si yon fanm vle fè pitit, li ta pi bon pou li tann jis pa gen maladi Zika a ankò nan zòn nan. Fè atansyon pou tout fanm ka jwenn metòd pou kontwòlè fè pitit. Konsa, n ap anpeche maladi Zika a ap kontinye donmaje tibebe yo.

Yon gason ka transmèt viris Zika a bay yon fi lè yo fè bagay. Nan zòn kote nou jwenn maladi Zika, sèvi ak kapòt pou evite bay lòt la Zika. Si yon fanm deja ansent, se byen enpòtan pou li menm ak patnè li pou yo toujou sèvi ak yon kapòt, pou anpeche maladi Zika a donmaje tibebe a anvan li fèt.

Menm si yon fanm rete kote ki pa gen Zika, li ka toujou trape Zika nan kontak seksyèl ak yon gason ki te fè vwayaj nan yon zòn kote ki gen Zika. Gason an dwe sèvi ak kapòt pou 6 mwa pou pi piti apre li te kite zòn kote ki gen Zika a. Konsa li va evite transmèt Zika bay yon lòt moun.

Pa genyen tibebe ki te trape Zika nan lèt manman an. Menm si ou te trape Zika, toujou bay tibebe a tete, paske se pi bon mwayen pou ou nourri li e pou ou pwoteje li kont maladi.

Siy ki fè nou konnen yon moun gen Zika

- Sa nou wè pi fasil: lafyèv, gratèl sou po, doulè nan jwenti, je wouj e anfle.
- Yo ka gen doulè nan vyann ak maltèt tou.

Zika bay yon maladi ki pa twò grav; li dire sou moun pandan detwa jou oubyen jiska 8 jou. Nòmalman, yon moun ki gen Zika pa malad ase pou li al wè doktè.

Malarya, lafyèv deng, chikoungounya, ak lòt maladi ka bay menm siy ak Zika. Nou fasil jwenn tèspou malarya, men nou mal pou jwenn tèspou lòt maladi yo. An plis, yo ka mande anpil tan pou fè analiz la, epi li ka koute chè. Mande konsèy bò kote moun ki responsab nan zòn pa nou an pou konnen si genyen maladi sa yo nan zòn nan, epi si yo ka fè tèspou yo.



Ki sa li genyen: viris Zika, deng, chikoungounya, oubyen malarya?

Tout maladi sa yo bay apeprè menm siy, tankou lafyèv, doulè nan tout kò a, ak gratèl. Li posib tou pou yon moun soufri plis pase yon sèl maladi nan menm tan an. Men, kèk siy pou ede nou konnen ki maladi li ka genyen:

Malarya: Nòmalman, li kòmanse ak frison, maltèt; apre frison an pase, li vin gen yon lafyèv ki dire sou li kèk èdtan. Gen de fwa li bay gwo lafyèv cho. Malad la konn gen lafyèv ak frison ki ale vini chak de twa jou. Malarya pa bay gratèl.

Deng: Li bay lafyèv cho ak frison ki kòmanse sibitman. Li ka dire sou malad la jiska 8 jou. Se byen posib se lafyèv deng li genyen si li fè 2 oubyen plis nan siy sa yo: tout kò li ak jwenti li yo ap fè li mal anpil, li gen maltèt, epi doulè dèyè je li yo, kè plen ak vomisman, oubyen gratèl. Veye pou wè si li pa vomi san, si li pa vin anfle yon jan ki dwòl, oubyen si li pa bay san nan nen an, nan jansiv, ak nan po a. Sa fè nou konnen li ka ap soufri ak yon kalite deng ki grav anpil, ki mande swen prese prese.

Chikoungounya: Nòmalman, li bay ti lafyèv ak gwo doulè nan jwenti ki nan men, pye, jenou, ak do a. Li ka fè si tèlman mal ke malad la pa ka leve kanpe dwat, epi li pa ka mache. Lè lafyèv la fin tonbe, li ka toujou soufri doulè nan jwenti pandan kèk senmenn, menm kèk mwa.

Zika: Li ka bay ti lafyèv, gratèl sou po; tout kò li ka fè mal. Souvan moun nan gen je ki anfle, ki irite, epi ki wouj.

Trètman

Pa genyen medikaman ki pou trete viris Zika. Pa gen vaksen kont li non plis. Lè yon moun malad ak Zika, nou ka pran swen li lakay. Se pou li poze kò li, bwè anpil likid, epi bwè parasetamòl pou soulaje doulè a ak lafyèv la. Paske gen posiblite ke li ap souffri ak lafyèv deng, li ta pi bon pou nou sèvi ak parasetamòl olye ak aspirin oubyen ibipwofèn.

Genyen danje nan medikaman sa yo pou moun ki souffri ak lafyèv deng.

Genyen danje ladan yo tou pou yon fanm ki ka ansent, paske yo ka donmaje tibebe ki poko fèt la. Pa gen danje nan parasetamòl.

Lè nou malad, epi yon marengwen pike nou, li souse viris la. Lè li al pike yon lòt moun, l ap bay lòt la viris la.

Se poutèt sa, li bon pou kominote a degaje yo pou pa kite marengwen pike moun malad yo. Dòmi anba moustikè. Pa pwoche bò kote dlo (tankou larivyè, pi dlo, oubyen ponp dlo) granmaten oubyen twò ta nan apremidi), paske se lè sa a marengwen sa yo ap pi fasil pike moun.



Ki lè pou nou al konsilte yon ajan sante

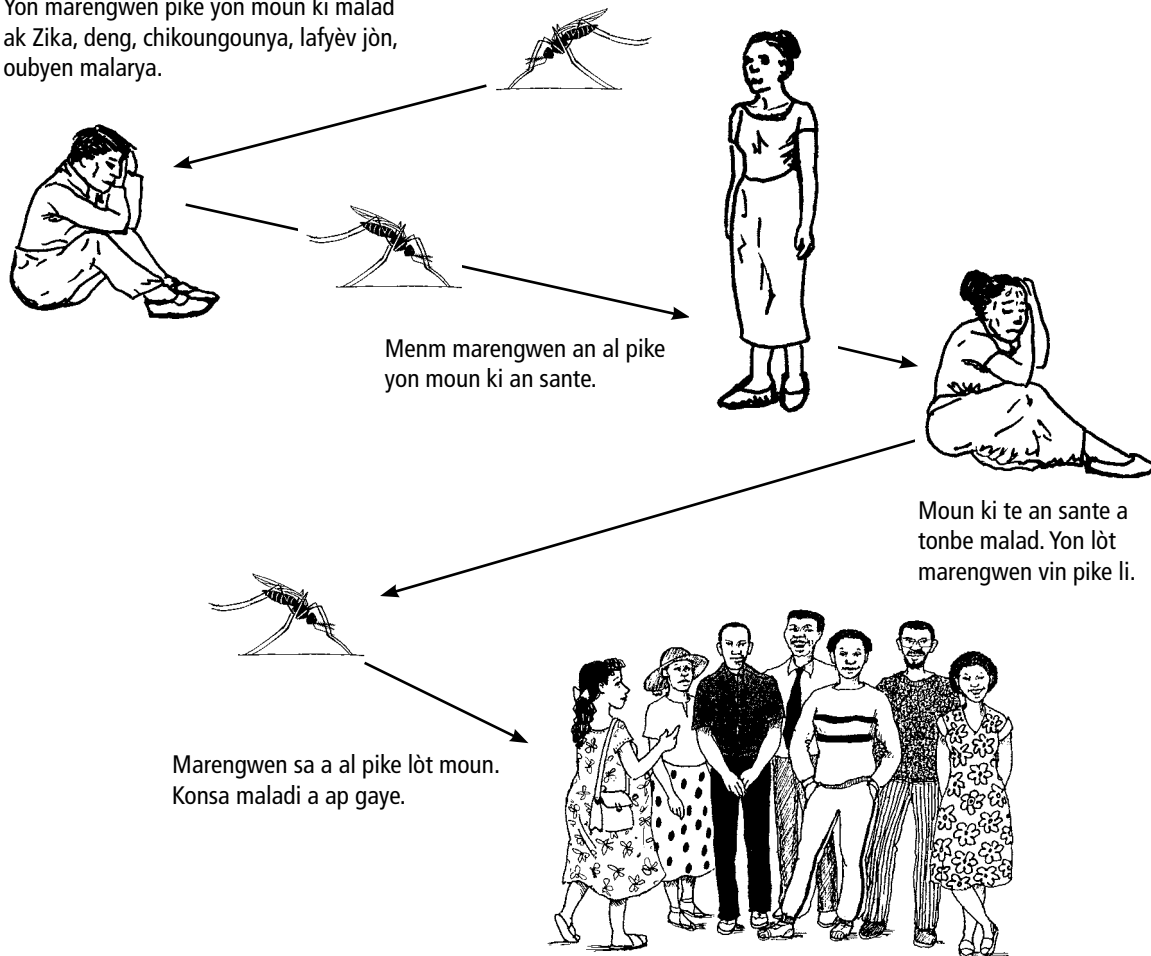
Nou ka trete maladi Zika lakay, men nou dwe al konsilte yon ajan sante lè:

- malad la gen gwo lafyèv cho (40°S/104°F).
- pre lafyèv la mete pye, li bay san nan po oubyen nan jansiv (se lafyèv deng ki bay sa). Se ka ijan.
- se yon tibebe ki malad.
- se yon vye granmoun, oubyen yon moun ki souffri ak yon lòt maladi ki grav, tankou tansyon twò wo, oubyen pwoblèm kè.
- li gen gwo doulè nan tout kò a ki dire sou li plis pase 15 jou (se ka chikoungounya ki bay sa).
- li gen gwo feblès; figi li, bra li, oubyen janm li yo ka fè tingting, oubyen yo angoudi. Se ka siy yo gen yon maladi ki rele *Guillain-Barré* (gilen bare). Se yon maladi ki grav, ki mande pou trete nan lopital.

Lè gen moun nan zòn nan ki montre siy ke yo genyen maladi Zika, li bon pou fè ajan sante ak responsab yo nan Sèvis Sante Piblik konnen sa. Sa ap ede yo decide si yo dwe prese chache mwayen pou anpeche maladi a gaye nan zòn nan.

Ki jan marengwen ap pase bay moun maladi

Yon marengwen pike yon moun ki maladi ak Zika, deng, chikoungounya, lafyèy jòn, oubyen malarya.



Nou ka anpeche marengwen yo transmèt maladi sa yo bay lòt moun, si nou anpeche yo pike moun, epi si nou pa pèmèt yo jwenn dlo kote yo ka peple, lakay nou ak nan kominote a.

Ki jan pou nou pwoteje tèt nou pou marengwen pa pike nou

Marengwen ki pote viris Zika pa menm ak sa yo ki pote parazit malarya a. Marengwen Zika yo pike lajounen. Yo al kache tèt yo nan ti kwen kote ki fè nwa, tankou anba tab, anba kabann, nan kwen. Men ki jan pou nou anpeche marengwen pike nou:

- Mete rad ki kouvri kò a nèt, bra, janm, pye, kou, ak tèt; pote kosaj, mayo, chemiz ki gen manch long, pantalon e jip, epi kouvri tèt nou).
- Sèvi ak anti moustik, ki pou repouse marengwen yo, epi ki anpeche yo vin pike nou. Pa egzanp, gen pwodwi natirèl kòm sitwonèl (*citronelle*), luil magouzye oubyen luil nim (*huile de margousier; neem oil*), oubyen fèy bazilik (*feuille de basilic; basil leaf*). Oubyen sèvi ak sa ki gen pwodwi chimik ladan yo, tankou: DEET, Picardin (KBR 3023, icaridin), PMD ansanm ak lòt konbinezon fèt ak luil sitwon e ekalptis, oubyen IR3535. Li enpòtan anpil pou nou sèvi ak anti moustik pou pwoteje timoun, paske y ap pwoteje timoun menm si nou pa sèvi ak lòt metòd. Li tout sa ki ekri sou bwat la pou konnen si li bon pou timoun. Yo dwe di nou tou nan konbyen èdtan nou dwe mete li yon lòt fwa. Nòmalmman se chak kèk èdtan, men genyen ki mande fè l pi souvan.
- Sèvi ak spiral moustik (spirale à moustique, mosquito coils) sèlman jis nou ka jwenn yon anti moustik ki pi bon. Spiral yo bay lafimen ki ka nwizib pou poumon nou.
- Mete moustikè sou tout fenèt ak pòt yo. Repare oubyen bouche tout ti twou kote marengwen ka pase.
- Sèvi ak yon vantilatè pou van an pouse marengwen ale lè yo vle pwoche bò kote moun.
- Sèvi ak moustikè. Mete rebò moustikè a anba kabann nan, oubyen anba nat la, pou pa gen kote pou marengwen yo ka pase antre.

Moustikè yo bon anpil pou anpeche marengwen malarya vin pike moun, paske yo pike moun lannuit. Men yo bon tou pou evite Zika kay timoun ak lòt moun ki dòmi lajounen. Si yon moun deja malad, yon moustikè anpeche marengwen vin pike li. Konsa yo pa p ka bay lòt moun maladi a. Pi bon kalite moustikè se sa yo ki trete ak yon pwazon ki pou touye ti bèt ak zèl. Pou yo toujou efikas, se pou nou trete yo chak 6 – 12 mwa. Lè moun dòmi deyò, se pou yo dòmi anba mousikè.



Ki jan pou nou anpeche marengwen yo peple

Marengwen ki fè gaye maladi tankou Zika, deng, ak chikoungounya peple nan dlo k ap dòmi. Marengwen yo ap ponn ze menm nan yon ti bòl dlo; nan 8 jou konsa ti marengwen yo soti nan ze a. Si nou debarase nou ak tout dlo k ap dòmi chak 8 jou, yo pa kapab peple, paske ze yo p ap jwenn kote pou rete jiskaske yo eksploze. Konsa yo pa p ka gaye maladi yo. Pou anpeche marengwen peple, men sa pou nou fè:

- Netwaye tout ma dlo (kote dlo a ap dòmi), tout kawotchou machin, tout twou, tout ti mamit, doum, moso vesèl, rigòl, menm ti veso ak kapichon boutèy. Fè sa chak 8 jou epi chak fwa apre lapli.
- Lakay, chanje souvan dlo ki nan boutèy, oubyen lòt veso. Chanje dlo nan veso kote zannimo vin bwè. Si nou pa lave veso yo byen lave, ze marengwen ka kole ak veso a, kote y ap rete tann jis gen ase dlo pou yo eksploze. Yo ka rete vivan ap tann pandan plizyè mwa.
- Kouvri tout kanari, tout veso kote nou sere dlo, pou marengwen pa ka antre, pou yo pa ponn ze yo nan dlo a. Si veso yo pa gen kouvèti, mete yon moustikè oubyen yon griyay ki gen twou si piti pou marengwen pa ka pase antre. Oubyen kouvri yo ak plastik epi mare li byen pou li rete nan plas li.



Pou anpeche maladi Zika a vin sou nou, debarase nou ak tout dlo k ap domi. Kouvri tout veso kote nou sere dlo.

Kominote yo kapab evite maladi marengwen yo ap bay

Kominote a kapab ede vye granmoun, moun ki andikape, ak fanmi ki manke mwayen, pou yo achte sa yo bezwen, oubyen pou yo fè sa ki nesèsè pou yo pa trape maladi marengwen k ap bay. Bay vwazen nou yo yon kout men pou debarase nou ak tout ma dlo kote marengwen ka peple. Toutan marengwen yo jwenn plas kote yo ka peple, nenpòt moun nan zòn nan ka trape maladi marengwen k ap bay la. Se poutèt sa, fòk tout kominote a mete men ansanm.

Nenpòt ki kote dlo lapli ka fè ma dlo, bò chemen yo oubyen lòt kote, sa pèmèt marengwen peple la. Fòk nou fè atansyon pou pa kite sa rive. Fè efò pou rivyè, kouran dlo, ak dlo lapli toujou kapab desann, pou dlo pa dòmi nan basen oubyen nan ma dlo. Fè jaden nou yon fason pou tè a bwè dlo a, oubyen pou dlo a koule desann nan larivyè. Pa kite dlo a dòmi ni sou tè a, ni kote moun konn jete fatra. Veye pou pa gen fatra, fèy pye bwa, oubyen tè ki glise tonbe nan mòn yo vin bouche kouran dlo yo. Pou konnen plis sou ki jan nou ka goumen ak marengwen, al gade nan liv la: *A Community Guide to Environmental Health*. Se Hesperian ki pibliye liv sa a.

Debarase kominote a ak tout ma dlo ak basen dlo kote marengwen ka peple.

