

AVANT QU'UN MOUSTIQUE VOUS



## PROTÉGEZ-VOUS!

Les moustiques peuvent transmettre certaines infections lorsqu'ils nous piquent. Au Québec, les principales infections qu'ils peuvent nous transmettre sont le virus du Nil occidental (VNO) et les virus du séro groupe Californie (VSC).

Bien que dans la majorité des cas les personnes infectées ne présentent aucun symptôme, lorsque des symptômes sont présents, les plus fréquents sont des maux de tête et de la fièvre. Dans de rares cas, des symptômes neurologiques peuvent survenir, tels qu'une inflammation du cerveau (encéphalite).

Tout le monde peut être infecté par le VNO ou les VSC. Les personnes qui travaillent ou qui pratiquent des activités à l'extérieur, davantage exposées aux moustiques, ont plus de risques d'être infectées, surtout si elles y passent de longues heures.

**Éviter les piqûres de moustiques est la meilleure façon de prévenir ces infections.**

## MESURES DE PROTECTION

Adoptez de simples mesures de protection personnelle pour réduire le risque d'être piqué.

- Portez des vêtements longs de couleur claire lorsque vous allez à l'extérieur, surtout durant les périodes d'activité des moustiques.
- Installez des moustiquaires en bon état sur les portes et les fenêtres de votre maison, ainsi que sur votre tente et votre abri de camping.
- À l'extérieur, couvrez de filets moustiquaires les parcs pour enfants et les poussettes.
- Utilisez un chasse-moustiques lors de vos activités extérieures. Il est recommandé d'utiliser un chasse-moustiques à base de DEET, d'icaridine, d'eucalyptus citronné ou d'huile de soya.



Cherchez à réduire le nombre de moustiques dans votre environnement, en éliminant entre autres l'eau stagnante autour de votre résidence.

Il faut également penser à se protéger contre les piqûres de moustiques quand vous voyagez, notamment dans les pays tropicaux. Dans ces cas, les moustiques peuvent transmettre des maladies telles que la malaria, le virus Zika, la dengue, le virus Chikungunya et le virus de la fièvre jaune.

**Si vous présentez des symptômes à la suite d'une piqûre de moustique, communiquez avec Info-Santé 811.**

Pour plus d'information, consultez :

**Québec.ca/vno**