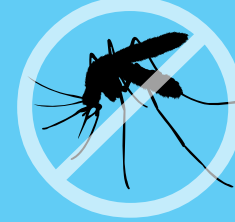




أنا أخطط لرحلة في الخارج.

ما ينبغي
على القيام به لأحمي عائلتي؟



منع لدغات البعوض

- قم بمسح طارد الحشرات على الجلد. إمسح طارد الحشرات على الواقي من الشمس أو مستحضرات التجميل.
- أفضل المواد الطاردة التي يمكنك شراؤها في الولايات المتحدة تحوي ديت DEET أو بيكاردين picaridin كعنصر نشط على الملصق.
- ينبغي عليك النوم في غرف تحوي شاشات على النوافذ أو تكييف الهواء إن أمكن.
- يمكنك أيضا النوم تحت ناموسية. الناموسيات التي يتم رشها بالبيرميثرين ، والتي تقتل البعوض ، هي الأفضل.
- يمكن للبعوض أن يلدغ في أي وقت ، لكنه نشط بشكل خاص في الليل وفي الصباح الباكر.
- إمنع لدغات البعوض عن طريق البقاء في الداخل خلال هذا الوقت.
- إذا كنت في الخارج ، ارتدي قميصا طويل الأكمام وسراويل طويلة وقبعة.



تناول الدواء



إملأ الوصفة الطبية



قم بزيارة الطبيب

قم بزيارة طبيبك أو عيادة السفر

الأدوية التي تحميك من الملاريا (تسمى الأدوية المضادة للملاريا) متوفرة بوصفة طبية فقط. قم بزيارة طبيبك قبل ٤ إلى ٦ أسابيع من السفر للحصول على الدواء للوقاية من الملاريا. حتى المسافرين في اللحظة الأخيرة يجب أن يذهبوا إلى الطبيب قبل السفر ، حيث يمكن بدء بعض الأدوية في اليوم السابق للسفر.

يمكنك زيارة طبيبك المعتمد، أو اسأل طبيبك إذا كان هناك عيادة سفر في شبكة التأمين الصحي الخاصة بك.

هناك أكثر من دواء واحد متاح للوقاية من الملاريا. اسأل طبيبك أو ممرضتك عن الدواء الأفضل لك ولأطفالك.

اتبع الإرشادات الموجودة على زجاجة الدواء الخاصة بك:

ابدأ بتناول الدواء قبل السفر، واستمر أثناء وجودك هناك ، واستمر في تناول الدواء بعد مغادرة منطقة الملاريا. تذكر أنه يجب عليك إنهاء جميع الحبوب ، لذلك قد تتناول الدواء لمدة تصل إلى شهر بعد مغادرة منطقة الملاريا. تأكد من أنك تفهم كيفية تناول الدواء قبل مغادرة عيادة طبيبك.

اشتر الدواء من صيدلية في الولايات المتحدة. الأدوية التي تشتريها في بلدان أخرى قد لا تحميك من الملاريا.

جميع الأدوية قد يكون لها آثار جانبية. إذا كان لديك آثار جانبية مثل الغثيان أو القيء العرضي أو الإسهال ، فيمكنك عادة الاستمرار في تناول الدواء المضاد للملاريا. اتصل بطبيبك إذا كان لديك آثار جانبية. تتوفر أدوية أخرى مضادة للملاريا.



٥٤١٤-٢٠١-٦٥١

www.health.state.mn.us

9/2021