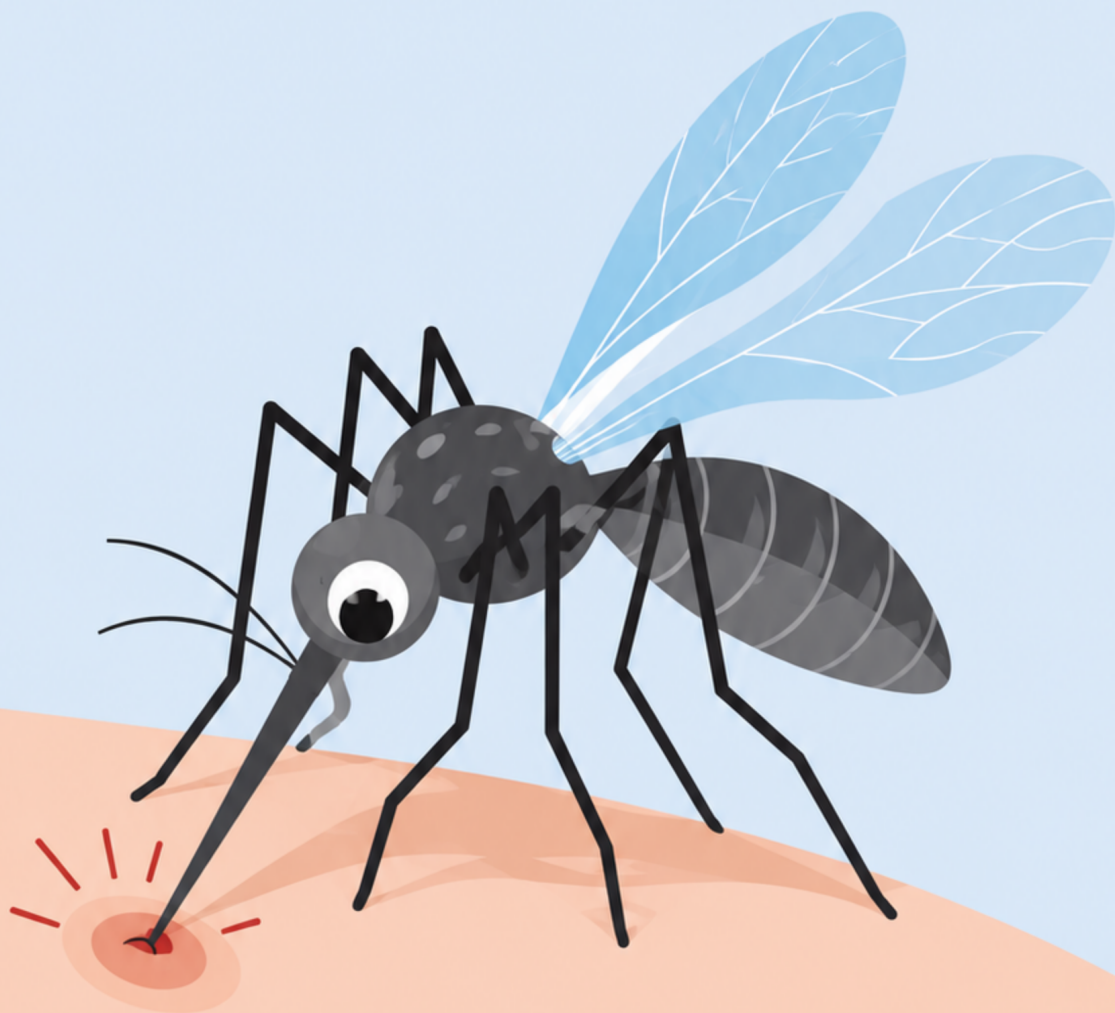




Republika e Maqedonisë së Veriut
Ministria e Shëndetësisë

Mbroni veten nga mushkonjat





Pse është kjo e rëndësishme?

Mushkonjat mund ta bartin **virusin e Nilit Perëndimor**, i cili tashmë shfaqet në vendin tonë çdo verë.

- Shumica e njerëzve nuk kanë simptoma, por te **personat e moshuar** infeksioni mund të shkaktojë forma më të rënda të sëmundjes.
- Mbrojtja më e mirë: **mos u jepni mundësi** mushkonjave t'ju pickojnë.
- Shprehi të thjeshta të përditshme e ulin ndjeshëm rrezikun.

Në faqet vijuese: si të mbroheni dhe çfarë të bëni në oborr.



Mbroni lëkurën

- Koha më e rrezikshme: **agimi dhe muzgu** — atëherë mushkonjat janë më aktive.
- Vishni **mëngë të gjata dhe pantallona**, me ngjyrë të çelët.
- Vendosni **repelent** (mjet mbrojtës kundër mushkonjave) në lëkurën e zbuluar.
- Vendosni **rrjeta** në dritare, dyer dhe mbi krevat.
- Kontrolloni rrjetat rregullisht — arnoni vrimat.

Këshillë shtesë: dushi pas kthimit në shtëpi e zvogëlon erën që tërheq mushkonjat.



Largoni ujin

Mushkonjat i lëshojnë vezët në **ujë të ndenjur** — qoftë edhe në sasi të vogël.

Kontrolloni oborrin dhe tarracën:

- Kova, fuçi
- Vazo, tenxhere
- Goma makinash
- Enë uji për kafshët
- Ulluqe, pishina
- Enë, lodra

Të paktën një herë në javë: zbrazi, përmbysni ose mbuloni gjithçka që mban ujë.



Përdorimi i duhur i repelentit

- Përdorni vetëm produkte **të regjistruara** dhe ndiqni udhëzimin.
- Mos vendosni në **sy, buzë, plagë** ose lëkurë të inflamuar.
- Së pari krema kundër diellit, pastaj repelenti.
- Pas kthimit në shtëpi, lani lëkurën me sapun dhe ujë.
- Keni sëmundje kronike ose jeni shtatzënë? Pyetni **mjekun/farmacistin**.



Kur të kërkonj mjek

Pas pickimit nga mushkonja, paraqituni te mjeku nëse temperatura e lartë e zgjatur shoqërohet me ndonjë nga shenjat e mëposhtme:

- **Dhimbje e fortë koke** ose ngurtësi e qafës
- **Konfuzion** ose dobësi e pazakontë
- Këto shenja kërkojnë vlerësim mjekësor, veçanërisht te **personat e moshuar**.

Temperatura e lartë në vetvete nuk do të thotë se bëhet fjalë për virusin e Nilit Perëndimor — mund të ketë edhe shkak tjetër. Megjithatë, në kombinim me shenjat e përmendura, është më mirë të kontrolloheni te mjeku.



Republika e Maqedonisë së Veriut
Ministria e Shëndetësisë

PËR RASTE URGJENTE



112

**NUMRI PËR
THIRRJE URGJENTE**



Ministria e Shëndetësisë
www.zdravstvo.gov.mk