



西尼罗河病毒是什么？

西尼罗河病毒是一种由蚊子传播的感染症，在少数情况下，可能导致严重疾病。

蚊子，特别是库蚊属的蚊子，在叮咬了携带该病毒的鸟类后会被感染。西尼罗病毒最初是一种鸟类病毒，虽然受影响最严重的物种是渡鸦、乌鸦和冠蓝鸦等鸟类，但一些常见的鸟类物种，如家雀、普通拟八哥和美国知更鸟，也是西尼罗病毒在叮咬鸟类的蚊子中加快传播的重要媒介。

人在被感染西尼罗河病毒的蚊子叮咬后会感染该病毒。马在被感染的蚊子叮咬后也容易感染西尼罗河病毒。

症状

如果感染了西尼罗河病毒，大多数人不会出现任何症状，但有些人可能会出现类似流感的症状。西尼罗河病毒引起更严重疾病的风险随着年龄的增长而增加，老年人和年长者以及免疫系统较弱的人的风险更高。症状可能包括：

- 类似流感的症状，包括但不限于发烧、额头痛、肌肉酸痛，偶尔出现皮疹；
- 其他症状，如颈部僵硬、肌肉无力、昏迷、迷失方向和昏迷。
- 被感染的蚊子叮咬后，症状可能需要3到14天才能出现。

如何保护自己免受蚊子叮咬

通过执行以下操作减少蚊子感染的机会：

- 在暴露的皮肤和衣服上涂抹含有避蚊胺（DEET）或埃卡瑞丁（Icaridin）的已批准的驱蚊剂。
- 穿浅色、紧密编织但宽松的衣服，如长裤、长袖衬衫、袜子和鞋子；蚊子会被较深的颜色吸引，并且仍然可以透过薄而紧身的衣服叮咬。
- 避免在蚊子最活跃的黄昏和黎明之间的时段以及在阴凉处、树林里的任何时候进行户外活动。
- 确保你家里所有的门窗都有合适的纱窗，并且维修良好。

Simplified Chinese - 英文 - 08/2021



减少蚊子数量：

每周至少排出一次积水，以消除蚊子的滋生地。

- 看看你的房子周围/外面的容器和任何其他可能积水的物品。确保每周至少清空一次，适当时将其翻转或钻孔，或对其进行相应处理。例如：
 - » 塑料涉水池
 - » 手推车
 - » 泳池盖
 - » 鸟澡盆
 - » 轮胎
 - » 盆栽植物下的水盆/碟子
- 清洁堵塞的屋顶排水沟；清除可能妨碍排水的树叶和杂物。
- 确保雨桶的所有开口始终用筛网覆盖。
- 每周至少更换一次鸟澡盆中的水，为私人观赏池塘充气，或用已批准的灭蚊剂进行处理。
- 保持游泳池清洁并适当氯化。
- 在放在室外的回收容器底部钻洞，以便水能排出去。
- 使用景观设计来消除在你的院子上聚集的积水。
- 如果你的后院有雨水管道/下水道，请致电渥太华公共卫生局，讨论处理方案。

有关西尼罗河病毒、症状以及何时与医疗保健提供者联系的更多信息，请致电渥太华公共卫生局 **613-580-6744** 或访问 OttawaPublicHealth.ca/WestNileVirus。

Simplified Chinese - 英文 - 08/2021