



PROTECT YOURSELF FROM MOSQUITO BITES. SUMMER'S HERE, AND SO IS WEST NILE VIRUS.

Why protect yourself from mosquito bites?

Summer's here, and it is more important than ever to protect yourself from pesky mosquito bites. Not only are bites uncomfortable, but the mosquito that bites you may also give you West Nile virus.

What is West Nile virus?

West Nile virus is mainly transmitted to people through the bite of an infected mosquito. Most people infected with the virus have no symptoms or they have flu-like symptoms, such as fever, headache, body aches and fatigue. Sometimes though, the virus can cause severe illness, including meningitis and encephalitis.

The chances of getting West Nile virus from an infected mosquito are low. While anyone can become infected with West Nile virus, the risk of severe illness increases with age. Protect yourself and your family from mosquito bites!

How can you protect yourself and your family from mosquito bites and West Nile virus?

- Choose an insect repellent that contains DEET or other approved ingredients.
- Wear light-coloured clothing, a long-sleeved shirt, long pants and a hat to go outside when mosquitoes are most active.

- Get rid of as much standing water as you can from around your home and property. Drain water from flower pots, wading pools, old tires and so on. Change water in birdbaths and pet bowls twice a week.
- Make sure your screens are in good repair.

Why should you use insect repellent?

Using insect repellent helps stop mosquito bites that may give you West Nile virus, so you and your family can continue to work and play outdoors with greater peace of mind.

Is DEET safe?

Yes. Insect repellents containing DEET are safe when used as directed. DEET has been safely used in North America for more than 40 years. Use only insect repellents that have a P.C.P. Act number on either the front or back of the bottle. This number means the product has been approved in Canada.

- Always read and follow the directions on the insect repellent container, especially when using on young children.
- Only a thin layer of repellent is needed. Apply to skin surfaces that are not covered by clothing. Repellents can also be applied to your clothing.

- If you plan to be outdoors for a short period of time, choose a repellent with a lower concentration of DEET and reapply as needed.
- Wash treated skin with soap and water when you return indoors or when you no longer need protection.
- Do not put repellent on children's faces and hands. This will reduce their chances of getting it in their eyes and mouths.
- You can use both sunscreen and insect repellent when you are outdoors. Apply the sunscreen first, followed by the insect repellent.

Is there a specific time of day when you should use insect repellent?

Mosquitoes can bite anytime—day or night. Contact your local public health authority to find out when you are most at risk.

Directions for application:

- Do not use DEET on **infants less than 6 months**.
- For **children 6 months to 2 years**, use only if there is a high risk for mosquito bites, and then use only once a day (use product containing 10% DEET or less).
- For **children 2-12 years**, use no more than 3 times a day (10% DEET or less). Avoid using over a long period.
- For **adults and children over 12 years**, Health Canada recommends insect repellents containing 5-30% DEET.
- Do not use repellent on open wounds or on skin that is sore or sunburned.
- Do not put on repellent unless you are going outdoors.

This information is brought to you by the Public Health Agency of Canada with the collaboration of your local retailers.

To find more detailed information on West Nile virus or to link to your provincial or territorial government Web sites, visit the Public Health Agency of Canada's West Nile virus Web site at: **www.westnilevirus.gc.ca**.

To receive more information on West Nile virus or to find the number of your local public health authority, call: **1 800 816-7292 (toll-free)**.



PROTÉGEZ-VOUS CONTRE LES PIQÛRES DE MOUSTIQUES L'ÉTÉ EST ARRIVÉ, ET LE VIRUS DU NIL OCCIDENTAL AUSSI!

Pourquoi vous protéger contre les piqûres de moustiques ?

L'été est arrivé et, plus que jamais, il est important de vous protéger contre les fichues piqûres de moustiques. Non seulement les piqûres sont inconfortables, mais le moustique qui vous pique peut aussi vous transmettre le virus du Nil occidental.

Qu'est-ce que le virus du Nil occidental ?

Le virus est principalement transmis aux êtres humains par une piqûre de moustique infecté. La plupart des personnes infectées par le virus ne présentent aucun symptôme ou ont des symptômes qui ressemblent à ceux de la grippe, comme de la fièvre, des maux de tête, des courbatures et de la fatigue. Toutefois, le virus peut parfois entraîner des maladies graves incluant la méningite et l'encéphalite.

Les risques de contracter le virus du Nil par une piqûre de moustique infecté sont peu élevés. Quoique chacun court le risque de devenir infecté par le virus du Nil occidental, les risques d'être atteint d'une maladie grave augmentent avec l'âge. Protégez-vous donc, vous et votre famille, contre les piqûres de moustiques !

Comment vous protéger contre les piqûres de moustiques et le virus du Nil occidental ?

- Choisissez un insectifuge qui contient du DEET ou d'autres ingrédients autorisés.
- Portez des vêtements de couleurs claires, un haut à manches longues, un pantalon long et un chapeau quand vous êtes à l'extérieur et que les moustiques sont plus actifs.

- Éliminez le plus grand nombre de sources d'eau stagnante autour de votre maison et de votre propriété. Drainez l'eau des pots à fleurs, des barboteuses, des vieux pneus et de tout autre récipient. Changez l'eau des bains pour oiseaux et des bols pour animaux au moins deux fois par semaine.
- Assurez-vous que vos moustiquaires sont en bon état.

Pourquoi utiliser un insectifuge ?

L'utilisation d'un insectifuge aide à prévenir les piqûres de moustiques qui peuvent vous transmettre le virus du Nil occidental. Vous et votre famille pouvez ainsi continuer à travailler ou à jouer à l'extérieur avec une plus grande tranquillité d'esprit.

Est-ce que le DEET est sécuritaire ?

Oui. Les insectifuges contenant du DEET sont sécuritaires lorsqu'ils sont utilisés selon les instructions. Le DEET est utilisé en toute sécurité en Amérique du Nord depuis maintenant plus de 40 ans. Employez seulement les insectifuges dont le numéro d'enregistrement aux termes de la **Loi sur les produits antiparasitaires** figure sur l'étiquette avant ou arrière de la bouteille. Ce numéro signifie que le produit a été autorisé au Canada.

- Lisez et suivez toujours les directives sur le contenant, particulièrement lorsque vous utilisez le produit sur de jeunes enfants.
- Seule une mince couche d'insectifuge est nécessaire. Appliquez le produit sur les surfaces de peau non couvertes par les vêtements. Les insectifuges peuvent également être appliqués sur vos vêtements.

- Si vous comptez être à l'extérieur pendant une courte période de temps, choisissez un insectifuge à plus faible concentration en DEET et appliquez-en de nouveau, au besoin.
- Lavez les parties du corps traitées avec du savon et de l'eau lorsque vous rentrez à l'intérieur ou lorsque vous n'avez plus besoin de protection.
- N'appliquez pas d'insectifuge sur le visage ou les mains des enfants. Cette mesure réduira les risques de contact du produit avec leurs yeux et avec leur bouche.
- Lorsque vous êtes à l'extérieur, vous pouvez utiliser à la fois un écran solaire et un insectifuge. Appliquez d'abord l'écran solaire, et ensuite l'insectifuge.

Quand doit-on utiliser un insectifuge ?

Les moustiques peuvent piquer en tout temps – le jour ou la nuit. Pour savoir quand vous courez le plus de risques, communiquez avec les services de santé publique de votre région.

Mode d'application :

- N'utilisez pas de produits contenant du DEET pour **des enfants de moins de 6 mois**.
- Pour **les enfants de 6 mois à 2 ans**, utilisez le produit seulement si les risques de piqûres de moustiques sont élevés, et seulement une fois par jour (utilisez un produit dont la concentration en DEET est d'au plus 10 %).
- Pour **les enfants de 2 à 12 ans**, appliquez un insectifuge dont la concentration est d'au plus 10 %, mais pas plus de 3 fois par jour. Évitez d'utiliser le produit sur une longue période.
- Pour **les adultes et les enfants de plus de 12 ans**, Santé Canada recommande d'utiliser des insectifuges dont la concentration en DEET se situe entre 5 % et 30 %.
- N'utilisez pas d'insectifuge sur des blessures ouvertes ou sur une peau irritée ou ayant subi un coup de soleil.
- Appliquez un insectifuge seulement si vous allez à l'extérieur.

Ces renseignements vous sont offerts par l'Agence de santé publique du Canada, en collaboration avec vos détaillants locaux.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le virus du Nil occidental ou pour consulter le site Web de votre province ou territoire, visitez le site de l'Agence de santé publique du Canada : **www.virusduniloccidental.gc.ca**

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le virus du Nil occidental ou pour connaître le numéro des services de santé publique de votre région, appelez sans frais au **1 800 816-7292**.