

THE ESSENTIAL GUIDE TO MOZZIE-PROOFING YOUR HOME FROM DENGUE.

PANDUAN PENTING UNTUK MENCEGAH NYAMUK
DI RUMAH ANDA DARIPADA DENGGI.

居家防蚊必备，免受骨痛热症的危害。

உங்கள் வீட்டை டெங்கியிலிருந்து காக்க, கொசுப்
பெருக்கத்தைத் தடுத்தலுக்கான அத்தியாவசிய
வழிகாட்டி.



YOUR MOZZIE TOOLKIT



Welcome to this guide to mozzie-proofing your home.

This guide contains information on:

1. Common breeding spots and Mozzie Wipeout steps.
2. How to protect yourself from mozzie bites and useful information on insect repellents.
3. How to use the items in this toolkit.

Let's do our part to prevent mosquito breeding in our homes. Together, we can fight Dengue and keep our family members, neighbours and community safe.

PERALATAN PENCEGAH NYAMUK ANDA

Selamat datang ke panduan ini untuk mencegah nyamuk di rumah anda.

Buku panduan ini mengandungi maklumat tentang:

1. Tempat-tempat pembiakan nyamuk yang lazim dan langkah-langkah Mozzie Wipeout.
2. Tindakan melindungi diri dari gigitan nyamuk dan maklumat tentang ubat penghalau serangga.
3. Cara menggunakan barang-barang dalam peralatan ini.

Mari kita mainkan peranan untuk mencegah pembiakan nyamuk di rumah kita. Bersama-sama, kita boleh menghapuskan Denggi dan memastikan ahli keluarga, jiran-jiran dan masyarakat kita selamat.

欢迎使用防蚊手册

居家防蚊指南的内容包括:

1. 常见的伊蚊滋生处及灭蚊步骤。
2. 了解如何保护自己免受蚊虫叮咬及驱蚊剂实用信息。
3. 随附的防蚊小帮手的使用说明。

让我们都尽一份力, 防范伊蚊在家中滋生。让我们一起对抗骨痛热症, 保护我们的家人、邻居以及社区安全。

உங்கள் கொசுக் கருவித் தொகுப்பு

உங்கள் வீடுகளில் கொசுப் பெருக்கத்தைத் தடுத்தலுக்கான இந்த வழிகாட்டிக்கு உங்களை வரவேற்கிறோம்.

இந்த வழிகாட்டியில் உள்ள பயனுள்ள உதவிக்குறிப்புகளில் சில:

1. பொதுவான கொசு இனப்பெருக்கம் செய்யும் இடங்கள் மற்றும் கொசு அழித்தொழிப்புப் படிநிலைகள்.
2. கொசுக்கடிகளிலிருந்து உங்களைப் பாதுகாத்துக்கொள்வது எப்படி மற்றும் பூச்சி விரட்டிகள் பற்றிய பயனுள்ள தகவல்கள்.
3. இந்தக் கருவித்தொகுப்பில் உள்ள பொருள்களைப் பயன்படுத்துவது எப்படி.

நம் வீடுகளில் கொசுக்கள் பெருகுவதைத் தடுப்பதற்கு நமது பங்கைச் செய்வோம். ஒன்றிணைந்து, டெங்கியை எதிர்த்துப் போராடி, நம் குடும்பத்தினரையும் அக்கம் பக்கத்தினரையும் சமூகத்தையும் பாதுகாக்க முடியும்.

PERANGKAT ANTI NYAMUK ANDA

Selamat datang di panduan ini untuk melindungi rumah Anda dari nyamuk.

Panduan ini mengandung informasi tentang:

1. Titik-titik perkembangbiakan yang umum dan langkah-langkah Pemusnahan Nyamuk.
2. Cara melindungi diri Anda dari gigitan nyamuk dan informasi berguna tentang pengusir serangga.
3. Bagaimana cara menggunakan alat-alat dalam perangkat ini.

Mari lakukan tugas bagian kita untuk mencegah perkembangbiakan nyamuk di rumah kita. Bersama-sama, kita bisa melawan Denggi, dan menjaga keselamatan para anggota keluarga, tetangga, dan masyarakat kita.



ANG IYONG MOZIE TOOLKIT

Welcome sa gabay na ito upang maging ligtas lamok ang iyong tahanan.

Ang gabay na ito ay nagtataglay ng impormasyon sa:

1. Mga pangkaraniwang lugar ng pagpaparami at mga hakbang sa pagpuksa sa lamok.
2. Paano protektahan ang iyong sarili mula sa mga kagat ng lamok at kapakipakinabang na impormasyon sa mga repellent sa insekto.
3. Paano gamitin ang mga item sa toolkit na ito.

Gawin natin ang ating tungkulin upang mapigilan ang pagpaparami ng lamok sa ating mga tahanan. Sama-sama, malalabanan natin ang Dengue at panatilihin ligtas ang mga miyembro na ating pamilya, mga kapitbahay at komunidad.



သင်၏ မိုဇီ အသုံးချနည်းလမ်း စုစည်းချက် (MOZZIE TOOLKIT)

ဤလမ်းညွှန်တွင် အောက်ပါအချက်အလက်များ ပါရှိသည် -

1. ခြင်ပေါက်ပွားလေ့ရှိသော နေရာများနှင့် ခြင်နှိမ်နင်းရေး။
2. သင့်ကိုယ်သင် ခြင်ကိုက်ခံရခြင်းများမှ ကာကွယ်ပုံနှင့် အင်းဆက် သတ်ဆေးများဆိုင်ရာ အသုံးဝင်သော အချက်အလက်များ ။
3. ဤအသုံးချနည်းလမ်း စုစည်းချက်တွင်းပါ ပစ္စည်းများ အသုံးပြုပုံ

ကျွန်ုပ်တို့၏ အိမ်များရှိ ခြင်ပေါက်ပွားရာ နေရာများကို တားဆီးကာကွယ်ရန် ကျွန်ုပ်တို့၏အပိုင်းကို လုပ်ရအောင်။ သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါကို ကျွန်ုပ်တို့ အတူတကွ တိုက်ခိုက်ချေမှုန်းနိုင်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ မိသားစုဝင်များ၊ အိမ်နီးချင်းများနှင့် လူထုအသိုင်းအဝိုင်းကို ဘေးကင်းအောင် ထားနိုင်ပါသည်။



MOZZIE WIPEOUT

It is important to check and protect our homes because all it takes is a 20-cent-sized drop of water to breed danger. By doing the Mozzie Wipeout regularly, we can get rid of stagnant water and prevent mosquito breeding.

Here are 5 common breeding spots in landed homes and how you can tackle them.

VASES & CONTAINERS

- Empty vases and containers (like pails) and store them upside down under shelter when not in use.
- Change the water in the containers and scrub the surfaces regularly.
- Wipe the rim of the containers dry.
- Do not store water in the open. If rainwater is collected, cover its container or use it promptly.



PLANTS

- Loosen hardened soil.
- As some plants can collect water in their leaf axils, shake off excess water on leaves or stems after watering.



FLOWERPOT PLATES & TRAYS

- Flip flowerpot plates and trays regularly.
- Avoid the use of flowerpot plates and trays if possible.
- Store unused pots and plates upside down under shelter.



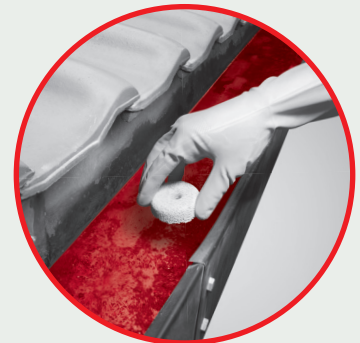
WATER FOUNTAINS

- Maintain water fountains regularly by scrubbing the inside surfaces and decorative edges.
- Add Bti insecticide if the water is not moving.



ROOF GUTTERS & DRAINS

- Clear roof gutters and drains to prevent blockages.
- Fix cracks and holes to prevent water from collecting in them.
- Place Bti insecticide, which can be purchased at plant nurseries.
- Visit go.gov.sg/registered-pesticides-repellents for the list of registered pesticides and repellents.



DID YOU KNOW?

Mozzie eggs can attach to the inner surfaces of containers when water is being poured out and hatch once they come into contact with water again. So, scrub these inner surfaces to remove mozzie eggs.

SELF-PROTECTION

In addition to the Mozzie Wipeout, you can do these simple actions to protect yourself and your family from Dengue, especially if you live in a Dengue cluster. Practise them regularly to prevent mosquito bites and reduce the risk of contracting the disease.

1

**SPRAY
INSECTICIDE IN DARK
CORNERS AROUND
THE HOUSE.**



2

**APPLY INSECT
REPELLENT
REGULARLY.**



3

**WEAR LONG
SLEEVES AND
LONG PANTS.**



HOW SHOULD I APPLY INSECT REPELLENT?

- Always check the manufacturer's instructions on the repellent's label and apply/reapply accordingly.
- If you have never used a particular repellent before, test it on a small area of skin to ensure there is no allergic reaction.



HOW EFFECTIVE IS MY REPELLENT?

- Repellents containing DEET, picaridin or IR3535 as the active ingredient are effective and safe.
- Natural repellents (e.g. essential oils like citronella and eucalyptus) vary in effectiveness with each individual and usually need more frequent application.

If you are a suspected or confirmed Dengue patient, you are advised to apply repellent to prevent yourself from getting bitten again. This also protects others around you from getting infected.

VISIT

go.gov.sg/registered-pesticides-repellents
to make sure you're using registered pesticides and repellents.



MOZZIE WIPEOUT

Ia amat penting untuk memeriksa dan melindungi rumah kita kerana nyamuk hanya memerlukan setitis air saiz 20 sen untuk membiak. Dengan melakukan Mozzie Wipeout selalu, kita boleh menghapuskan takungan air dan mencegah pembiakan nyamuk.

Berikut adalah 5 tempat pembiakan nyamuk yang lazim di kawasan rumah privet dan bagaimana anda boleh mengatasinya.

PASU & BEKAS AIR

- Kosongkan pasu dan bekas (seperti baldi) dan simpan dengan telungkupkannya serta terlindung daripada air apabila tidak digunakan.
- Tukarkan air di dalam bekas dan gosok permukaan dalaman selalu.
- Jangan simpan air di tempat yang terbuka. Jika menadah air hujan, tutup bekas atau terus gunakan airnya.



PIRING & DULANG PENGALAS PASU BUNGA

- Selalu telungkupkan piring dan dulang pengalas pasu bunga.
- Elakkan dari menggunakan piring dan dulang pengalas pasu bunga jika boleh.
- Simpan pasu dan piring pengalas pasu bunga dengan telungkupkannya di tempat yang terlindung dari air.



ALUR BUMBUNG & LONGKANG

- Bersihkan alur bumbung dan longkang agar tidak tersumbat.
- Perbaiki retak dan tutup lubang untuk mengelakkan air bertakung di dalamnya.
- Bubuh racun serangga Bti yang boleh dibeli di kedai kebun dan nurseri.
- Lungsuri go.gov.sg/registered-pesticides-repellents untuk senarai racun dan penghalau serangga yang didaftarkan.



POKOK

- Gemburkan tanah yang keras.
- Beberapa jenis pokok boleh menakung air di celah-celah daun, hilangkan air di daunan atau dahan selepas menyiramnya.



AIR PANCUT

- Bersihkan air pancut secara kerap dengan menggosok permukaan dalaman dan tepi hiasannya.
- Bubuh racun serangga Bti jika airnya tidak bergerak.



TAHUKAH ANDA?

Telur-telur nyamuk boleh melekat di permukaan dalaman bekas walaupun air di dalamnya telah dibuang dan akan menetas apabila tersentuh air semula. Oleh itu, gosok permukaan dalaman untuk menghapuskan telur-telur nyamuk.

MELINDUNGI DIRI SENDIRI

Selain Mozzie Wipeout, anda boleh ambil tindakan mudah untuk melindungi diri sendiri dan keluarga anda daripada Denggi, terutamanya jika anda tinggal di dalam kawasan kelompok Denggi. Selalu amalkannya untuk mencegah gigitan nyamuk sambil mengurangkan risiko jangkitan penyakit tersebut.

1

SEMBURKAN RACUN SERANGGA DI SUDUT-SUDUT GELAP DI RUMAH.



2

SAPUKAN UBAT PENGHALAU SERANGGA SELALU.



3

PAKAI BAJU BERLENGAN PANJANG DAN SELUAR PANJANG.



BAGAIMANA CARA MENGGUNAKAN UBAT PENGHALAU SERANGGA?

- Selalu periksa arahan oleh pengeluar yang terdapat di label produk ubat penghalau serangga dan sapukan sewajarnya.
- Jika anda belum pernah menggunakan ubat penghalau serangga yang tertentu, uji sedikit dahulu pada permukaan kulit untuk memastikan tiada reaksi tindak balas.



SETAKAT MANA KEBERKESANAN UBAT PENGHALAU SERANGGA SAYA?

- Ubat penghalau serangga yang mengandungi DEET, picaridin atau IR3535 sebagai bahan aktif amat berkesan dan selamat.
- Ubat penghalau serangga semula jadi (seperti minyak pati citronella dan kayu putih) menghasilkan keberkesanan yang berbeza pada setiap individu dan biasanya memerlukan penggunaan yang lebih kerap.

KUNJUNGI

go.gov.sg/registered-pesticides-repellents

untuk memastikan anda menggunakan racun dan ubat penghalau serangga yang didaftarkan.



Jika anda disyaki atau disahkan seorang pesakit Denggi, anda disarankan supaya menyapu ubat penghalau serangga untuk mencegah diri anda dari terkena gigitan lagi. Ini juga akan melindungi orang lain yang berada di sekitar anda daripada dijangkiti.

灭蚊步骤

只要两角硬币般大小的积水就能滋生伊蚊。因此，时刻检查并做好居家防范措施是非常重要的事。定期进行灭蚊行动，清除家中积水并防止滋生伊蚊。

以下是五个家中常见的伊蚊滋生处，还有相关的灭蚊步骤。

花瓶及水容器

- 倒掉花瓶里及水容器（例如水桶）的积水，不用时要倒置存放在有盖的地方。
- 定期更换水容器的水，并刷洗内侧表层。
- 擦干水容器的边缘。
- 不要露天蓄水。如要储存雨水，请盖好储水容器或立即使用。



花盆底盘及垫盘

- 定期清除花盆底盘及垫盘的积水。
- 尽可能避免使用花盆底盘及垫盘。
- 将不用的花盆及底盘倒置存放在有盖的地方。



屋顶檐槽及沟渠

- 疏通屋顶檐槽及沟渠，以防堵塞。
- 修好裂缝及破洞，以防积水。
- 放置Bti杀蚊药，您可在花卉苗圃买到。
- 浏览 go.gov.sg/registered-pesticides-repellents, 了解杀虫剂及驱蚊剂的注册清单。



花草植物

- 铲松干硬的泥土。
- 由于有些植物的叶腋会积水，请在浇水后甩掉植物叶茎上残留的水。



喷水池

- 定期保养喷水池，并刷洗内侧表层及装饰性的边角。
- 如果水流静止不动，请放置Bti杀蚊药。



您可知道？

即使倒掉水容器中的积水，伊蚊虫卵还是能粘附在水容器的内侧表层，一旦再次与水接触，蚊卵就会孵化。因此，请记得要刷洗水容器的内侧表层，以清除蚊卵。

自我防护

除了进行灭蚊步骤，您还可以采取以下简单防蚊措施，尤其是骨痛热症警戒区的居民，更要自我防护并保护家人安全，免受骨痛热症的危害。定期施行防蚊措施，免受蚊虫叮咬并降低感染患病的风险。

1

在家中阴暗
角落
喷杀虫剂



2

定期使用
驱蚊剂



3

穿长袖衣
及长裤



我该如何使用 驱蚊剂？

- 请检查驱蚊剂上的标签说明，并按指示使用驱蚊剂或如何重复使用。
- 如果您从未使用过某牌子的驱蚊剂，请先在皮肤上小范围试用测试，以确保不会皮肤过敏。



我的驱蚊剂 是否有效？

- 含避蚊胺DEET、派卡瑞丁 (Picaridin) 或 IR3535 成分的驱蚊剂，都具有安全有效的活性成分。
- 由天然萃取成分制成的驱蚊剂 (例如香茅精油和桉树精油)，防蚊功效各有不同，一般需更勤于涂抹使用。

浏览

go.gov.sg/registered-pesticides-repellents
确保您所使用的是已注册的
杀虫剂及驱蚊剂。



如果您是疑似或确诊的骨痛热症患者，建议您使用驱蚊剂
以免再被叮咬。这项措施将能保护您身边人免受感染。

கொசு அழித்தொழிப்பு

நம் வீடுகளைச் சரிபார்த்து, பாதுகாப்பது முக்கியம், ஏனென்றால் 20-காசு அளவிலான நீர்த்துளி கூட ஆபத்தை உருவாக்கலாம். தவறாமல் கொசு அழித்தொழிப்பு செய்வதன் மூலம், தேங்கி நிற்கும் நீரை அகற்றி கொசுப் பெருக்கத்தைத் தடுக்கலாம்.

தரை வீடுகளின் 5 பொதுவான கொசுப் பெருகுமிடங்கள் மற்றும் அவற்றை நீங்கள் எவ்வாறு சமாளிக்க முடியும்.

பூச்சாடிகள் மற்றும் கொள்கலன்கள்

- பூச்சாடிகள் மற்றும் கொள்கலன்கள் (வாளிகள் போன்றவை) பயனில் இல்லாத போது அவற்றிலுள்ள நீரை அகற்றி, அவற்றை ஒரு பாதுகாப்பான இடத்தில் தலைகீழாகக் கவிழ்த்து வைக்கவும்.
- தவறாமல் கொள்கலன்களில் உள்ள நீரை மாற்றி, அவற்றின் பரப்புகளைத் தேய்த்துக் கழுவவும்.
- கொள்கலன்களின் விளிம்புகளைத் துடைத்து உலர்த்தவும்.
- நீரைத் திறந்த நிலையில் சேமிக்க வேண்டாம். மழை நீர் சேர்ந்திருப்பின், அந்தக் கொள்கலனை மூடிவிடவும் அல்லது, அதனை உடனடியாகப் பயன்படுத்தவும்.



செடிகள்

- இறுகிப்போன மண்ணைக் கிளறிவிடுங்கள்
- சில தாவரங்கள் அவற்றின் இலை அச்சுகளில் தண்ணீரைச் சேகரிக்க முடியும் என்பதால், தண்ணீர் ஊற்றிய பின் அவற்றின் இலைகள் மற்றும் தண்டுகளை அசைத்து, அதிகப்படியான தண்ணீரை அகற்றவும்.



பூந்தொட்டித் தட்டுகள் மற்றும் தட்டங்கள்

- தவறாமல் பூந்தொட்டித் தட்டுகள் மற்றும் தட்டங்களைக் கவிழ்த்து அவற்றில் தேங்கியுள்ள நீரை அகற்றவும்.
- முடிந்தவரை பூந்தொட்டித் தட்டுகள் மற்றும் தட்டங்களைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்க்கவும்.
- பயன்படுத்தாத பூந்தொட்டிகள் மற்றும் தட்டுகளை ஒரு பாதுகாப்பிடத்தில் தலைகீழாகக் கவிழ்த்து வைக்கவும்.



நீருற்றுகள்

- நீருற்றுகளின் உட்புறங்களையும் அலங்கார விளிம்புகளையும் தவறாமல் தேய்த்துக் கழுவிப் பராமரிக்கவும்.
- நீர் ஓடாமல் நிற்கும் வகையான அமைப்பாக இருந்தால், Bi பூச்சிக்கொல்லியை அதனுள் வைக்கவும்.



கூரை வடிகால்கள் மற்றும் வடிகால்கள்

- கூரை வடிகால்கள் மற்றும் வடிகால்களில் அடைப்புகள் ஏற்படாதவாறு அவற்றைச் சுத்தப்படுத்தவும்.
- தெறிப்புகள் மற்றும் ஓட்டைகள் இருப்பின் அவற்றை அடைத்து, அவற்றில் நீர் தேங்காமல் தடுக்கவும்.
- தாவர நாற்றுப்பண்ணைகளில் கிடைக்கும் Bi பூச்சிக்கொல்லியைப் பயன்படுத்தவும்.
- பதிவுபெற்ற பூச்சிக்கொல்லிகள் மற்றும் பூச்சி விரட்டிகளின் பட்டியலுக்கு, go.gov.sg/registered-pesticides-repellents-ஐப் பார்க்கவும்.



உங்களுக்குத் தெரியுமா?

கொள்கலன்களிலிருந்து நீரை வெளியேற்றிய பின்னும் கூட அவற்றின் உட்புறங்களில் கொசு முட்டைகள் ஓட்டிக்கொண்டிருக்கும். மீண்டும் நீருடன் அம்முட்டைகள் தொடர்புகொள்ளும் போது அவை குஞ்சு பொறிக்க முடியும். எனவே உட்புறங்களை நன்றாகத் தேய்த்துக் கழுவி கொசு முட்டைகளை அகற்றவும்.

தற்-பாதுகாப்பு

கொசு அழித்தொழிப்புக்கும் கூடுதலாக, உங்களையும் உங்கள் குடும்பத்தினரையும் டெங்கியிலிருந்து பாதுகாக்க இந்த எளிய செயல்களை நீங்கள் செய்யலாம், குறிப்பாக நீங்கள் ஒரு டெங்கித் தொற்றுக் கொத்தினுள் வசிக்கிறீர்கள் எனில். கொசுக் கடித்தலைத் தடுக்கவும், நோய் பரவும் அபாயத்தைக் குறைக்கவும் அவற்றைத் தவறாமல் பயிற்சி செய்யுங்கள்.

1

பூச்சிக்கொல்லியை வீட்டைச் சுற்றி இருண்ட மூலைகளில் தெளிக்கவும்.



2

தவறாமல் பூச்சி விரட்டியைப் பூசிக்கொள்ளவும்.



3

முழுக்கால் சட்டைகள் மற்றும் முழுக்கைச் சட்டைகளை அணியுங்கள்.



நான் பூச்சி விரட்டியை எப்படிப் பூசிக்கொள்ள வேண்டும்?

- பூச்சி விரட்டியின் விவரச்சீட்டில் (லேபிள்) உள்ள உற்பத்தியாளரின் அறிவுறுத்தல்களை எப்போதும் சரிபார்த்து, அதன்படி பூசிக்கொள்ளவும் அல்லது மீண்டும் பூசிக்கொள்ளவும்.
- இதற்கு முன்னர் நீங்கள் ஒரு குறிப்பிட்ட பூச்சி விரட்டியைப் பயன்படுத்தியிருக்கவில்லை என்றால், ஒவ்வாமை இல்லை என்பதை உறுதிப்படுத்த அதனைத் தோலின் ஒரு சிறிய பகுதியில் பூசிச் சோதிக்கவும்.



எனது பூச்சி விரட்டி எவ்வளவு செயல்திறன் கொண்டது?

- DEET, picaridin அல்லது IR3535 ஆகியவற்றைச் செயல்படு மூலப்பொருளாகக் கொண்டிருக்கும் பூச்சிவிரட்டிகள் செயல்திறனுள்ளவை மற்றும் பாதுகாப்பானவை.
- இயற்கை பூச்சிவிரட்டிகள் (எ.கா. சிட்ரோனெல்லா மற்றும் யூகலிப்டஸ் போன்ற அத்தியாவசிய எண்ணெய்கள்) ஒவ்வொரு நபருடனும் செயல்திறனில் வேறுபடுவதால், பொதுவாக அவற்றை அடிக்கடி பயன்படுத்த வேண்டியிருக்கும்.

பாருங்கள்

பதிவுபெற்ற பூச்சிக்கொல்லிகள் மற்றும் பூச்சிவிரட்டிகளை நீங்கள் பயன்படுத்துவதை உறுதிப்படுத்த, go.gov.sg/registered-pesticides-repellents ஐப் பாருங்கள்.



சந்தேகத்திற்குரிய அல்லது உறுதிப்படுத்தப்பட்ட டெங்கித் தொற்று பெற்றவராக நீங்கள் இருந்தால், நீங்கள் பூச்சிவிரட்டியைப் பூசிக்கொள்ள அறிவுறுத்தப்படுகிறீர்கள். இது உங்களைச் சுற்றியுள்ள மற்றவர்களுக்குத் தொற்று ஏற்படாமல் பாதுகாக்கிறது.

PEMUSNAHAN NYAMUK

Penting untuk memeriksa dan melindungi rumah kita, karena bahaya bisa timbul hanya dari tetesan air seukuran koin 20 sen. Dengan melakukan Pemusnahan Nyamuk secara berkala, kita bisa membuang air bergengang dan mencegah perkembangbiakan nyamuk.

Ada 5 titik perkembangbiakan yang umum di dalam rumah tapak, dan bagaimana cara Anda untuk menanganinya.

VAS & WADAH

- Vas dan wadah kosong (seperti ember) dan simpan terbalik di dalam tempat penyimpanan jika tidak digunakan.
- Ganti air di dalam wadah, dan gosok permukaannya secara berkala.
- Seka pinggiran wadah sampai kering.
- Jangan tampung air dalam wadah terbuka. Jika menampung air hujan, segera tutupi wadah atau gunakan air itu.



TANAMAN

- Gemburkan tanah yang keras.
- Karena ada beberapa tanaman yang bisa menampung air dalam tonjolan yang menempel pada tangkai daun, setelah menyiram tanaman, guncang pelan agar kelebihan air pada daun atau batang bisa terbuang.



PIRING & BAKI POT BUNGA

- Balikkan piring dan baki pot bunga secara berkala.
- Hindari penggunaan piring dan baki pot bunga jika memungkinkan.
- Simpan pot dan piring yang tidak digunakan secara terbalik di dalam tempat penyimpanan.



AIR MANCUR

- Rawat air mancur secara berkala dengan cara menggosok permukaan sisi dalam dan bagian dekoratif.
- Tambahkan insektisida Bti jika airnya tidak mengalir.



SALURAN ATAP & SALURAN AIR

- Bersihkan saluran atap dan saluran air untuk mencegah terjadinya penyumbatan.
- Perbaiki retakan dan lubang untuk mencegah timbulnya genangan air di sana.
- Gunakan insektisida Bti, yang bisa dibeli di tempat pembibitan tanaman.
- Kunjungi go.gov.sg/registered-pesticides-repellents untuk mengetahui daftar pestisida dan pengusir serangga yang terdaftar.



TAHUKAH ANDA?

Telur nyamuk bisa menempel pada permukaan bagian dalam dari wadah ketika air dibuang, dan telur itu bisa menetas setelah air dituangkan ke dalam wadah lagi. Jadi, Anda harus menggosok permukaan bagian dalam dari wadah untuk menghilangkan telur nyamuk.

PERLINDUNGAN DIRI

Selain Pemusnahan Nyamuk, Anda juga bisa melakukan beberapa langkah sederhana ini untuk melindungi diri Anda dan keluarga Anda dari Denggi, terutama jika Anda tinggal di dalam kluster Denggi. Lakukan secara berkala untuk mencegah gigitan nyamuk dan mengurangi risiko tertular penyakit tersebut.

1

SEMPROTKAN
INSEKTISIDA DI
DALAM POJOK GELAP
DI SELURUH
RUMAH.



2

GUNAKAN
PENGUSIR
SERANGGA SECARA
BERKALA.



3

KENAKAN
PAKAIAN LENGAN
PANJANG DAN
CELANA PANJANG.



BAGAIMANA SEHARUSNYA CARA SAYA MENGGUNAKAN PENGUSIR SERANGGA?

- Selalu periksa instruksi produsen yang tercantum dalam label pengusir serangga, dan gunakan/gunakan ulang dengan tepat.
- Jika Anda belum pernah menggunakan pengusir serangga tertentu sebelumnya, cobalah di area kecil pada kulit Anda untuk memastikan tidak ada reaksi alergi yang timbul.



SEJAUH MANAKAH KEEFEKTIFAN PENGUSIR SERANGGA SAYA?

- Pengusir serangga mengandung DEET, picaridin, atau IR3535 sebagai bahan aktif yang efektif dan aman.
- Pengusir serangga alami (mis. minyak atsiri seperti citronella/serih dan eukaliptus) memiliki tingkat keefektifan yang berbeda pada tiap individu dan biasanya perlu penggunaan yang lebih sering.

Jika Anda diduga atau dipastikan mengidap Denggi, Anda dianjurkan agar menggunakan pengusir serangga untuk melindungi diri Anda dari gigitan nyamuk lagi. Ini juga melindungi orang-orang di sekitar Anda agar tidak tertular penyakit.

KUNJUNGI

go.gov.sg/registered-pesticides-repellents

untuk memastikan Anda menggunakan pestisida dan pengusir serangga yang sudah terdaftar.



PAGPUKSA SA LAMOK

Mahalagang suriin at protektahan ang ating mga tahanan dahil kailangan lamang nang 20-cent na dami ng patak ng tubig upang paramihin ang panganib. Sa regular na Pagpuksa sa Lamok, maaalis natin ang tubig na hindi dumadaloy at mapigilan ang pagpaparami ng lamok.

Narito ang 5 karaniwang lugar ng pagpaparami sa mga pinapaupahang bahay at paano mo haharapin ang mga ito.

MGA PLORERA AT SISIDLAN

- Alisan ng laman ang mga plorera at sisidlan (tulad ng mga balde) at iimbak ang mga ito nang nakataob sa taguan kapag hindi ginagamit.
- Regular na palitan ang tubig sa mga sisidlan at kuskusin ang mga ibabaw na bahagi.
- Punasan ang gilid ng mga sisidlan hanggang matuyo.
- Huwag mag-imbak ng tubig sa sa labas ng bahay. Kung iniipon ang tubig ulan, takpan ang sisidlan nito o gamitin ito agad.



MGA TANIM

- Palambutin ang tumigas na lupa.
- Dahil maaaring mag-ipon ng tubig ang ilang halaman sa mga axil ng dahon ng mga ito, tanggalin ang sobrang tubig sa mga dahon o tangkay matapos diligan.



MGA PATUNGAN AT BANDEHA NG PASO

- Regular na itaob ang mga patungan at bandeha ng paso.
- Iwasang gumamit ng mga patungan at bandehang paso kung posible.
- Iimbak ang mga hindi ginagamit na paso at PATUNGAN nang nakataob sa taguan.



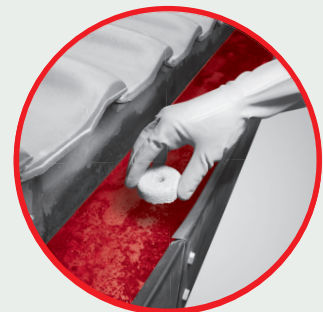
MGA FOUNTAIN NG TUBIG

- Mentinahin ang mga fountain ng tubig sa pamamagitan ng pagkuskus sa loob na ibabaw na lugar at mga gilid na pandekorasyon.
- Lagyan ng Bti na pamatay insekto kung ang tubig ay hindi dumadaloy.



MGA ALULOD NG BUBUNGAN & MGA KANAL

- Linisin ang mga alulod ng bubungan at mga kanal upang maiwasan ang pagbabara.
- Ayusin ang mga bitak at butas upang maiwasang maipon ang tubig sa mga ito.
- Maglagay ng pamatay insekto na Bti, na mabibili sa mga nursery ng halaman.
- Bisitahin ang go.gov.sg/registered-pesticides-repellents para sa listahan ng rehistradong mga pestisidyo at repellent.



ALAM BA NINYO?

Ang mga itlog ng lamok ay maaaring dumikit sa loob ng mga ibabaw na bahagi ng mga sisidlan kapag tinatapon ang tubig at napipisa kapag nadikit muli sa tubig. Kaya, kuskusin ang loob ng mga ibabaw na bahagi na ito upang alisin ang mga itlog ng lamok.

PROTEKSYON SA SARILI

Bilang karagdagan sa pagpuksa sa lamok, maaari mong gawin ang mga simpleng aksyon na ito upang protektahan ang iyong sarili at iyong pamilya sa Dengue, lalo na kung kayo ay nakatira sa isang lugar na may Dengue. Regular na gawin ang mga ito upang iwasan ang mga kagat ng lamok at pababain ang panganib na makuha ang sakit.

1

MAG-SPRAY NG PAMATAY INSEKTO SA MADIDILIM NA SULOK SA PALIGID NG BAHAY.



2

REGULAR NA MAGPAHID NG REPELLENT SA INSEKTO.



3

MAGSUOT NG MAHAHABANG MANGGAS AT PANTALON.



PAANO AKO MAGPAHID NG REPELLENT SA INSEKTO?

- Palaging tingnan ang mga tagubilin ng manufacturer sa label ng repellent at ipahid/ipahid muli nang naaayon.
- Kung ikaw ay hindi pa gumamit ng partikular na repellent dati, subukan ito sa maliit na bahagi ng balat upang matiyak sa walang reaksyon sa allergy.



GAANO KABISA ANG AKING REPELLENT?

- Ang mga repellent na nagtataglay ng DEET, picardin o IR 3535 bilang aktibong sangkap at epektibo at ligtas.
- Ang mga natural na repellent (hal. mga essential oil katulad ng citronella at eucalyptus) ay naiiba ang pagiging epektibo sa bawat indibidwal at karaniwang nangangailangan nang madalas na aplikasyon.

BISITAHIN ANG

[go.gov.sg/registered-pesticides-repellents](https://www.go.gov.sg/registered-pesticides-repellents)

upang matiyak na ikaw ay gumagamit ng rehistradong mga pestisidyo at repellent.



Kung ikaw ay hinihinala o kumpirmadong pasyente ng Dengue, ikaw ay pinapayuhang magpahid ng repellent upang iwasang makagat muli. Pinoprotektahan din nito ang iba pa na nakapaligid sa ito na mahawa.

ခြင်နှိမ်နင်းရေး

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အန္တရာယ်ကို မွေးမြူရန် ပြား ၂၀ စေ့ အရွယ်ရှိသည့် ရေစက်တစ်စက်သာ လိုအပ်သောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏အိမ်များကို စစ်ဆေးပြီး ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ ခြင်နှိမ်နင်းရေးကို ပုံမှန်ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ရေသေကို ဖယ်ရှားနိုင်ပြီး ခြင်ပေါက်ဖွားခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

အောက်ပါနေရာများသည်မြေစိုက်အိမ်များတွင် အများအားဖြင့် ခြင်ပေါက်ဖွားတတ်သော နေရာ ၅ ခုဖြစ်ပြီး ယင်းတို့ကို သင်မည်သို့ ကိုင်တွယ်နိုင်ပုံဖြစ်သည်။

ပန်းအိုးများနှင့် ထည့်စရာပုံးများ

- ပန်းအိုးများနှင့် ထည့်စရာပုံးများ (လက်ဆွဲပုံးများ ကဲ့သို့) ကို သွန်ပစ်ပြီး အသုံးမပြုချိန်၌ အဖုံးအကာအောက်တွင် မှောက် ထားပါ။
- ထည့်စရာပုံးများတွင်းမှ ရေကို လဲလှယ်ပြီး မျက်နှာပြင်များကို ပုံမှန် တိုက်ချွတ်ပါ။
- ထည့်စရာပုံးများ၏ အနားများကို ခြောက်အောင် သုတ်ပါ။
- ရေကို အဖုံးဖွင့်လျက် မသိုလှောင်ပါနှင့်။ အကယ်၍ မိုးရေ စုဆောင်းပါက ထည့်ထားသည့် ပုံးကို အုပ်ထားပါ သို့မဟုတ် ချက်ချင်း သုံးပစ်ပါ။



ပန်းအိုးအောက်ခံပြားများနှင့် ပန်းများ

- ပန်းအိုးအောက်ခံပြားများ နှင့် ပန်းများ
- ပန်းအိုးအောက်ခံပြားများ နှင့် ပန်းများကို ပုံမှန် မှောက်လှန်ပါ။
- ဖြစ်နိုင်ပါက ပန်းအိုးအောက်ခံပြားများနှင့် ပန်းများ သုံးခြင်းကို ရှောင်ပါ။
- အသုံးမပြုသည့် အိုးများနှင့် ပန်းကန်ပြားများကို အဖုံးအကာအောက်တွင် ပြောင်းပြန်မှောက်၍ သိမ်းပါ။



ခေါင်မိုး ရေတံလျှောက်များနှင့် မြောင်းများ

- ခေါင်မိုး ရေတံလျှောက်များနှင့် မြောင်းများ ပိတ်နေခြင်းကို ကာကွယ်ရန် ယင်းတို့ကို သန့်ရှင်းပေးပါ။
- အက်ကြောင်းများနှင့် အပေါက်များတွင်း ရေတင်ခြင်းကို ကာကွယ်ရန် ယင်းတို့ကို ပြင်ဆင်ပါ။
- အပင်ပေါက်ရောင်းသည့် နေရာများတွင် ဝယ်ယူရရှိနိုင်သော Bti အင်းဆက်သတ်ဆေးကို ထည့်ပါ။
- မှတ်ပုံတင်ထားသည့် ပိုးသတ်ဆေးများနှင့် ခြင်နှိမ်ဆေးများ စာရင်းကို ရရှိရန်အတွက် go.gov.sg/registered-pesticides-repellents ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ။



အပင်များ

- အပင်များ
- မာခြောက်နေသော မြေကို ဆွဲပေးပါ။
- အချို့အပင်များသည် ရေကို ၎င်းတို့၏ အရွက်ကြော များထဲတွင် စုဆောင်းထားနိုင်သဖြင့် ရေလောင်းပြီး ပါက အရွက်များ သို့မဟုတ် ပင်စည်များပေါ်ရှိ ရေပို များကို ခါထုတ်ပစ်ပါ။



ရေပန်းများ

- အတွင်းပိုင်း မျက်နှာပြင်များနှင့် အပေါ်ယံ အလှဆင်ထားသည့် အစွန်းများကို တိုက်ချွတ်ခြင်းဖြင့် ရေပန်းများကို ပုံမှန်ထိန်းသိမ်းပါ။
- ရေသည် ရွေ့လျားမှုမရှိပါက Bti အင်းဆက်သတ်ဆေးကို ထည့်ပါ။



သင် သိထားပါသလား။

ထည့်စရာပုံးများမှ ရေကို သွန်ပစ်လိုက်ချိန်တွင် ခြင်ဥများက ပုံး၏ အတွင်းမျက်နှာပြင်များတွင် တွယ်ကပ်နေနိုင်ပြီး ရေနှင့် တဖန်ပြန်တွေ့ထိချိန်၌ ဥမှ အကောင်ပေါက်ပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ခြင်ဥများကို ဖယ်ရှားရန် အတွင်းမျက်နှာပြင်များကို တိုက်ချွတ်ပါ။

မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်ခြင်း

ခင်နိမ်နင်းရေး အပြင် အထူးသဖြင့် သွေးလွန်တုပ်ကွေး အစုလိုက် ဖြစ်ပွားတတ်သည့် နေရာတစ်ခုတွင် နေထိုင်ပါက သင့်ကိုယ်သင့်နှင့် သင်၏ မိသားစုကို သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါမှ ကာကွယ်ရန် ဤရိုးရှင်းသော လုပ်ဆောင်ချက်များကို သင် လုပ်နိုင်ပါသည်။ ခြင်ကိုက်ခြင်းကို ကာကွယ်ရန်နှင့် ရောဂါ ကူးစက်ရရှိမည့် အန္တရာယ်ကို လျော့ချရန် ယင်းတို့ကို ပုံမှန် လေ့ကျင့်ပါ။

1

အိမ်ပတ်လည်ရှိ မှောင်နေသည့် ထောင့်များကို အင်းဆက်သတ်ဆေး ဖြန့်ပါ။



2

အင်းဆက်နှင်ဆေး ကို ပုံမှန် အသုံးပြုပါ။



3

လက်ရှည် အင်္ကျီများနှင့် ဘောင်းဘီရှည်များ ဝတ်ဆင်ပါ။



အင်းဆက်နှင်ဆေး ကို ကျွန်ုပ် မည်သို့ အသုံးပြုသင့်ပါသလဲ။

- ခြင်နှင်ဆေး၏ တံဆိပ်ပေါ်ရှိ ထုတ်လုပ်သည့် ကုမ္ပဏီ၏ ညွှန်ကြားချက်များကို အမြဲတမ်း စစ်ဆေးပြီး သင့်တော်သလို အသုံးပြုပါ /ထပ်မံအသုံးပြုပါ။
- အကယ်၍ သီးခြား ခြင်နှင်ဆေးတစ်ခုကို ယခင်က သင် အသုံးပြုဖူးပါက ဓာတ်မတည့် သည့် တုံ့ပြန်မှုမဖြစ်ကြောင်း သေချာစေရန် ယင်း ကို အရေပြားနေရာ သေးသေးတစ်ခုပေါ်တွင် စမ်းကြည့်ပါ။



ခြင်နှင်ဆေးက မည်မျှ အစွမ်းထက်ပါသလဲ။

- ဒီ (DEET)၊ ဝီကာရီဒင်း (picaridin) သို့မဟုတ် IR3535 တို့ တက်ကြွသည့် ပါဝင်ပစ္စည်းအဖြစ် ပါဝင်သော ခြင်နှင်ဆေးများသည် အစွမ်းထက် ပြီး ဘေးကင်းပါသည်။
- သဘာဝ ခြင်နှင်ဆေးများ (ဥပမာ - စီထရိုနိုလား အဆီ နှင့် ယူကလစ်ဆီတို့ကဲ့သို့သော မရှိ မဖြစ် အဆီများ) က လူတစ်ဦးချင်းတွင် အစွမ်းထက်မှု ကွဲပြားပြီး ပို၍မကြာခဏ အသုံးပြုရန် အစဉ်လိုအပ်လေ့ရှိပါသည်။

ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါ

သင်သည် မှတ်ပုံတင်ထားသည့် ပိုးသတ်ဆေးများ နှင့် ခြင်နှင်ဆေးများကို အသုံးပြုကြောင်း သေချာစေရန် [go.gov.sg/registered-pesticides-repellents](https://www.go.gov.sg/registered-pesticides-repellents) ကို ဝင်ကြည့်ပါ။



အကယ်၍ သင်သည် သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ ရှိသည်ဟု သံသယရှိရုံသာ သို့မဟုတ် အတည်ပြုလူနာတစ်ဦး ဖြစ်ပါက ခြင်ထပ်မံ အကိုက်ခံရခြင်းမှ သင့်ကိုယ်သင် ကာကွယ်ရန် ခြင်နှင်ဆေး အသုံးပြုရန် အကြံပြုပါသည်။ ယင်းက သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အခြားသူများ ရောဂါကူးစက်ခံရခြင်းမှလည်း ကာကွယ်ပေးပါသည်။

ITEMS IN THIS TOOLKIT

BARANG-BARANG DALAM PERALATAN INI

手册隨附的防蚊用具

இந்தக் கருவித்
தொகுப்பிலுள்ள
பொருள்கள்



WEATHER-PROOF STICKERS

Paste these at the indicated locations so that you don't forget to check for mosquito breeding.

PELEKAT KALIS CUACA

Tampalkan ini di tempat-tempat yang ditunjukkan supaya anda tidak terlupa untuk memeriksa tempat pembiakan nyamuk.

防水贴纸

把贴纸贴在指定位置，
以免忘记检查潜在的伊蚊滋生处。

இந்தக் கருவித் தொகுப்பிலுள்ள பொருள்கள்

இவற்றை எந்த இடத்தில் ஒட்டினால் கொசுக்கள் பெருக்கமடைவதைச் சோதிப்பதை நீங்கள் நினைவுகொள்வீர்களோ அந்த இடங்களில் ஒட்டுங்கள்.

STIKER TAHAN CUACA

Tempelkan stiker-stiker ini di lokasi tertentu sehingga Anda tidak lupa memeriksa perkembangbiakan nyamuk.

MGA STICKER NA WEATHER-PROOF

Idikit ang mga ito sa mga tinukoy na lugar upang hindi mo makalimutang suriin ang pagpaparami ng lamok.

ရာသီဥတုဒဏ် ခံနိုင်သည့် စတစ်ကာများ

ညွှန်ပြထားသည့် တည်နေရာများတွင် ယင်းတို့ကို ကပ်ပါ။ သို့မဟုတ်
ခြင်ပေါက်ဖွားသည့် နေရာများကို စစ်ဆေးရန် သင် မမေ့နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။



WOODEN MARKERS

Place these in flowerpots to remind yourself when watering your plants.

PENANDA KAYU

Letakkan ini di pasu-pasu bunga untuk mengingatkan diri anda sewaktu menyiram pokok.

木制标签

把标签插在花盆中，
为植物浇水时可提醒自己。

மரத்தாலான அடையாளக்குறிகாட்டிகள்
தாவரங்களுக்கு நீர் ஊற்றும்போது உங்களுக்கு
நினைவுட்டுவதற்காக இவற்றை பூந்தொட்டிகளில்
வைக்கவும்.

PENANDA KAYU

Tempatkan ini di dalam pot bunga untuk mengingatkan Anda ketika Anda menyiram tanaman Anda.

MGA KAHUY NA PANANDA

Ilagay ang mga ito sa mga pasong upang palalalahanan ang iyong sarili kung nagdidilig ng iyong mga halaman.

သစ်သား အမှတ်အသားများ

သင့်အပင်များကို ရေလောင်းချိန်တွင် သင့်ကိုယ်သင် သတိပေးမိစေရန်
ပန်းအိုးများအတွင်း ယင်းတို့ကို ထားရှိပါ။

ALAT-ALAT DALAM PERANGKAT INI

MGA ITEM SA TOOLKIT NA ITO

ဤ အသုံးချနည်းလမ်း စုစည်းချက် တွင် ပါဝင်သော အရာများ



FRIDGE MAGNET

Put this on your fridge door to remind your family to do the Mozzie Wipeout.

MAGNET PETI SEJUK

Letakkan ini di pintu peti sejuk untuk mengingatkan keluarga anda untuk melakukan Mozzie Wipeout.

冰箱磁铁

把磁铁贴在冰箱门，
随时提醒家人进行灭蚊步骤。

குளிர்பதனப்பெட்டி ஒட்டுகாந்தம்

கொசு அழித்தொழிப்பு செய்வதை உங்கள் குடும்பத்தினருக்கு நினைவூட்ட, இதை உங்கள் குளிர்பதன பெட்டியின் கதவில் வைக்கவும்.

MAGNET KULKAS

Letakkan ini di pintu kulkas Anda untuk mengingatkan keluarga Anda agar melakukan Pemusnahan Nyamuk.

MAGNET SA REFRIGERATOR

Ilagay ito sa pintuan ng inyong refrigerator upang ipaalala sa iyong pamilya ang pagpuksa sa lamok.

ရေခဲသေတ္တာ သံလိုက်

မြင်နိုင်နင်းရေး လုပ်ဆောင်ရန် သင့်မိသားစုအား သတိပေးနိုင်အောင် ယင်းကို သင်၏ရေခဲသေတ္တာ တံခါးပေါ်တွင် ကပ်ထားပါ။



BTI DUNKS

Place them in spots such as roof gutters, drains and water fountains.

RACUN SERANGGA BTI

Letakkan ini di tempat-tempat seperti di alur buntung, longkang dan air pancut.

BTI 杀蚊药

把杀蚊药放置在容易积水的地方，
例如屋顶檐槽、沟渠及喷水池。

BTI வில்லைகள்

கூரை வடிகால்கள், வடிகால்கள் மற்றும் நீருற்றுகள் போன்ற நீர் தேங்க வாய்ப்புள்ள இடங்களில் அவற்றை வைக்கவும்.

BTI DUNKS

Taruh di dalam titik-titik seperti saluran atap, saluran air, dan air mancur.

MGA BTI DUNK

Ilagay ang mga ito sa mga lugar katulad ng mga alulod ng bubungan, mga kanal at mga fountain ng tubig.

BTI စိမ်းထားသည့်အရာများ

ပြောင်းတို့ကို ခေါင်းမိုး ရေတံလျှောက်များ၊ မြောင်းများနှင့် ရေပန်း တို့ကဲ့သို့သော နေရာများတွင် ထည့်ပါ။

PANDUAN PENTING UNTUK MELINDUNGI RUMAH ANDA DARI NYAMUK DENGGI.

ANG MAHALAGANG GABAY UPANG MAGING LIGTAS SA LAMOK ANG INYONG TAHANAN MULA SA DENGUE.

သင်၏အိမ်အား သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါမှ ကာကွယ်ပေးသည့် ခြင်္လုံခြုံရေး (MOZZIE-PROOFING) အတွက် မရှိမဖြစ် လမ်းညွှန်

@ nea.gov.sg/dengue

facebook.com/Stop.Dengue.Now

instagram.com/nea_sg

t.me/NEASingapore



An Initiative By

National
Environment
Agency

© National Environment Agency 2020



Download myENV app.

Muat turun aplikasi myENV.

下载myENV应用程序。

myENV செயலியைப் பதிவிறக்கம் செய்துகொள்ளுங்கள்.

Unduh aplikasi myENV.

I-download ang myENV app.

myENV အက်ပ်ကို ဒေါင်းလုဒ် လုပ်ပါ။