

# 准备去户外活动？



## 检查是否有蜱虫

- 户外活动期间及户外活动结束以后，请仔细检查衣物和皮肤
- 请检查宠物！
- 如果出现类似流感的症状（例如发烧、发冷、出汗、头痛、身体疼痛、食欲不振、恶心或疲乏），请及时就医！

## 虫子走开！



- 使用经美国国家环境保护局 (EPA) 注册的驱虫剂驱赶蚊子和蜱虫
- 务必按照说明书使用产品
- 蚊子在黄昏和黎明时分最为活跃，7月至9月期间它们最有可能携带疾病。

## 衣着防护

- 穿浅色的长袖上衣和长裤将裤脚塞进袜子里，将衬衫塞进裤腰里，
- 形成一道“蜱虫屏障”

## 健康资源

- 拨打 Mass 211 电话 2-1-1 或 877-211-6277。
- 拨打市长健康热线 617-534-5050。



小心！蜱虫可能会出现在以下区域：  
草地、灌木丛或树木繁茂的区域