

QU'EST CE QUE LA DENGUE, LE CHIKUNGUNYA OU LE ZIKA ?

La dengue, le chikungunya ou encore le Zika sont des maladies transmises par les moustiques. A La Réunion, le moustique tigre, *Aedes albopictus*, en est vecteur.

LES SYMPTÔMES LES PLUS COURANTS :

- Fièvre
- Eruption cutanée
- Maux de tête
- Douleurs musculaires et/ou articulaires
- Sensation de grande fatigue

POURQUOI ME PROTÉGER DES MOUSTIQUES PENDANT LA GROSSESSE ?

Durant la grossesse, il est particulièrement important de se protéger contre les moustiques car ces maladies peuvent présenter un risque pour votre bébé. Le risque dépend de nombreux paramètres :

- le virus en cause (tous les virus n'ont pas les mêmes effets potentiels),
- le terme de la grossesse,
- la réponse de votre organisme à l'infection, etc.

Les complications ne sont pas systématiques et sont même restées relativement rares.

Cependant, elles peuvent s'avérer très graves voire mortelles pour le bébé. C'est pourquoi, il est nécessaire de limiter au maximum le risque d'infection pendant tout le temps de votre grossesse.

En me protégeant,
je protège mon bébé !

ZIKA : LES RISQUES PENDANT VOTRE GROSSESSE

**En cas d'infection pendant la
grossesse, en particulier au
premier trimestre, le virus**

**Zika peut provoquer de graves
anomalies du développement du
cerveau chez l'enfant et notamment
des microcéphalies (périmètre du
crâne plus petit que la normale).**

**C'est pourquoi une attention toute
particulière est portée à ce virus
chez la femme enceinte.**

COMMENT ME PROTÉGER ?

►► Protégez-vous des piqûres de moustiques

Cette protection contre les piqûres de moustiques doit être réalisée tout au long de la grossesse.

**J'utilise des répulsifs
adaptés pour les femmes
enceintes**



**Je dors sous
une moustiquaire
imprégnée**



**Je porte des
vêtements longs
et de couleurs claires**



Limitier autant que possible de s'exposer aux moments des pics d'agressivité du moustique (à l'aube et en fin d'après-midi/début de soirée).

QUELQUES CONSEILS :

► Utilisation de répulsifs :

- Demander conseil à son pharmacien pour le choix d'un produit adapté.
- Respecter les notices d'utilisation (3 applications maximum par jour).
- Appliquer sur toutes les parties du corps non couvertes sauf sur les muqueuses et lésions.
- Renouveler l'application après une baignade.
- En cas d'utilisation de crème solaire, respecter un délai d'au moins 20 minutes avant d'appliquer le répulsif.

► Utilisation des moustiquaires :

- Il est recommandé de dormir et de se reposer sous une moustiquaire imprégnée d'insecticide, en respectant les conditions d'utilisation de la notice :
- L'installer correctement en recouvrant complètement le lit, le bas pouvant être replié sous le matelas.
 - S'assurer qu'elle n'est pas abîmée.
 - La fixer autour du lit (de façon à ce qu'elle ne soit pas accessible au nouveau-né ou à l'enfant afin d'éviter la mise à la bouche).
 - Ne pas la laver et ne pas la ré-imprégner d'insecticide.

►► Repérez et faites nettoyer les lieux de ponte des moustiques

Repérez et faites nettoyer les lieux de ponte des moustiques chez vous, et demandez à vos voisins de faire de même.

Le moustique tigre se déplace peu, si tout le quartier élimine ses lieux de ponte, le virus ne pourra plus circuler autour de chez vous !

