

Aedes aegypti

dengue



Recomendações a viajantes



Durante a estadia na Madeira

Proteja-se da picada do mosquito, particularmente nas primeiras 2-3 horas do amanhecer e no entardecer:

- Use roupas frescas, largas, de preferência de cores claras e que cubram a maior área corporal possível; opte por sapatos em vez de sandálias. Se usar sandálias, ponha meias;
- Prefira alojamento com ar condicionado;
- Aplique repelente de insetos nas áreas expostas do corpo:
 - Os repelentes que contêm DEET são os mais eficazes;
 - Leia e cumpra as instruções do fabricante;
 - Se aplicar repelentes em spray, faça-o em ambientes arejados, para evitar a inalação do produto;
 - Não use repelentes em crianças de idade inferior a 2 meses;
 - A utilização de repelentes deve ser sempre orientada por adultos;
 - Não aplique repelente sobre pele irritada ou com feridas;
 - Lave as mãos depois de usar o repelente para evitar o contacto com os olhos e boca;
- Tenha sempre em atenção as orientações das Autoridades de Saúde Locais.

Na estadia e até 21 dias após ter regressado a casa, tenha os seguintes cuidados:

- São sintomas sugestivos de dengue: febre de início súbito com dores de cabeça, dor retro orbitária, dores musculares, dores articulares, ou ainda, mais raramente, manchas no corpo ou hemorragias;
- Para o controlo da febre e das dores utilize paracetamol;
- Contacte, se necessário, o médico assistente ou um serviço de saúde local;
- Não use ácido acetilsalicílico (p.e. Aspirina®) e outros anti-inflamatórios não esteróides (p.e. ibuprofeno).

Recomendaciones a los viajeros



Durante su estancia en Madeira

Protéjase de las picadas de mosquitos, sobre todo en las primeras 2-3 horas de la mañana y durante el atardecer:

- Use ropa fresca, preferentemente de color claro y cúbrase con mangas largas y pantalones largos, elija zapatos en lugar de sandalias (si opta por sandalias, póngase calcetines);
- Elija alojamiento con aire acondicionado;
- Aplíquese repelente para insectos en las áreas de su cuerpo que queden expuestas:
 - Los repelentes que contienen DEET son los más eficaces;
 - Lea y siga las instrucciones del fabricante;
 - En caso de utilizar repelentes en forma de aerosol, hágalo en lugares ventilados para evitar la inhalación del producto;
 - No use repelentes en niños menores de 2 meses;
 - El uso de repelentes deben ser supervisado por un adulto;
 - No aplique el repelente en heridas o piel irritada;
 - Lávese las manos después de usar el repelente para evitar el contacto con los ojos y la boca;
- Siga siempre las recomendaciones de las Autoridades de Salud Locales.

Durante su estancia y al volver a casa (hasta 21 días después de su regreso) debe prestar atención a:

- Los síntomas sugestivos de dengue: aparición súbita de fiebre con dolor de cabeza, dolor retro orbital, dolores musculares, dolor en las articulaciones, ó, más raramente, hemorragias ó manchas en el cuerpo;
- Utilice paracetamol para el tratamiento de la fiebre y el dolor;
- Si es necesario, póngase en contacto con su médico o servicio de salud local;
 - No utilice ácido acetilsalicílico (Aspirina® por ejemplo) ni otros medicamentos anti-inflamatorios no esteroideos (por ejemplo, ibuprofeno).

Recommendations to travelers



During your stay in Madeira

Protect yourself from mosquito bites particularly two to three hours after dawn and during the early evening:

- Cover up wearing light-coloured, long-sleeved, tucked-in shirts, long pants, preferably shoes not sandals (if wearing sandals put on socks);
- As for your accommodation: stay in an enclosed air-conditioned room;
- Use insect repellent on exposed skin:
 - Those containing DEET are the most effective;
 - Use as directed by the manufacturer;
 - If applying repellent in spray, do it in ventilated areas to avoid inhalation of the product;
 - Do not use repellents on children under the age of 2 months;
 - Children should not handle repellents;
 - Do not apply repellents to cuts, abrasions or irritated skin;
 - Wash hands after application, to avoid contact with eyes and lips.
- Always take into account the guidelines of the Local Health Authorities

During your stay or after you return home (until 21 days after), pay attention to:

- Symptoms of dengue: fever of sudden onset, headache, retro orbital pain, myalgias, joint pain or, more rarely, bleeding or spots on the body.
- Use paracetamol to control fever or pain;
- Contact, if necessary, a local health service or the attending physician;
- Do not use acetylsalicylic acid (eg.: Aspirin®) and other anti-inflammatory drugs (eg.: ibuprofen).

Empfehlungen für Reisende



Während Ihres Aufenthaltes in Madeira

Schützen Sie sich gegen Mückenstiche, besonders in den zwei bis drei Stunden nach Sonnenuntergang und während des frühen Abends:

- Tragen Sie Kleidung in hellen Farben mit langen Ärmeln, stecken Sie die Oberbekleidung in den Bund, tragen Sie lange Hosen und geschlossene Schuhe, keine Sandalen (ziehen Sie Socken an, wenn Sie Sandalen tragen);
- Für Ihre Unterkunft: halten Sie sich in geschlossenen Räumen mit Klimaanlage auf;
- Applizieren Sie Insektenschutzmittel auf unbedeckte Haut:
 - Mittel, die DEET (Diethyltoluamid) enthalten, sind am wirksamsten;
 - Halten Sie sich an die Anleitung des Herstellers;
 - Wenn Sie ein Insektenschutzmittel in Sprayform benutzen, achten Sie auf ausreichende Belüftung um das Einatmen des Produktes zu verhindern;
 - Verwenden Sie keine Insektenschutzmittel für Kinder unter 2 Monaten;
 - Kinder sollten das Insektenschutzmittel nicht selbst auftragen;
 - Tragen Sie das Insektenschutzmittel nicht auf verletzte oder irritierte Hautstellen auf;
 - Waschen Sie sich nach der Verwendung des Insektenschutzmittels die Hände, um Kontakt mit den Augen und den Lippen zu vermeiden;
- Richten Sie sich stets nach den Vorgaben der lokalen Gesundheitsbehörden.

Während Ihres Aufenthaltes oder nachdem Sie wieder zu Hause sind (bis zu 21 Tage später), achten Sie auf:

- Symptome des Denguefiebers: plötzlich beginnendes Fieber, Kopfschmerzen, Schmerzen hinter den Augen, Muskelschmerzen, Gelenkschmerzen oder, seltener, Blutungen oder Flecken am Körper.
- Verwenden Sie Paracetamol gegen Fieber oder Schmerzen;
- Kontaktieren Sie, wenn nötig, einen lokalen Gesundheitsdienst oder Ihren behandelnden Arzt;
- Nehmen Sie keine Azetylsalicylsäure (z.B. Aspirin®) oder andere anti-entzündlichen Medikamente (z.B. Ibuprofen) ein.

Recommandations aux voyageurs



Durant votre séjour à Madeira

Protégez vous des piqûres de moustique, particulièrement dans les deux à trois heures qui suivent le lever du jour ainsi qu'en début de soirée:

- Portez des vêtements à manches longues, à couleurs claires, des pantalons longs, et rentrez vos chemises dans vos pantalons. Privilégiez les chaussures fermées aux sandales, et portez des chaussettes si vous décidez de mettre des sandales;
- Choisissez un hôtel avec air conditionné où les fenêtres restent fermées;
- Utilisez un produit anti moustiques sur les parties exposées de la peau:
 - Les produits contenant du DEET sont les plus efficaces;
 - Respectez les consignes d'utilisation du fabricant;
 - Si vous utilisez un anti moustique en spray, utilisez le produit dans un endroit ventilé afin de ne pas inhaler le produit;
 - N'utilisez pas de produit anti moustique sur les enfants de moins de 2 mois ;
 - Les produits anti moustique doivent être tenus à l'écart des jeunes enfants ;
 - Ne pas mettre d'anti moustique sur les plaies, coupures ou inflammations ;
 - Lavez vous les mains après l'application du produit afin d'éviter le contact avec les yeux ou les lèvres;
- Respectez les consignes des services de santé locaux.

Durant votre séjour ou dans les 21 jours qui suivent votre retour:

- Soyez attentifs aux signes de la fièvre Dengue: apparition rapide de fièvre, maux de tête, douleur dans les yeux, douleurs musculaires, douleurs articulaires, ou plus rarement saignements ou boutons sur le corps;
- Utilisez du paracetamol (Doliprane®, Dafalgan® ou Efferalgan®) pour contrôler la douleur et la fièvre;
- N'hésitez pas à consulter un médecin si nécessaire;
- N'utilisez pas d'acide acetylsalicylique (Aspirine®) ou autres anti-inflammatoires (type Neurofen®).

Raccomandazioni per i viaggiatori



Durante il tuo soggiorno a Madeira:

Proteggiti dalle punture di zanzare, specialmente nelle prime 2-3 ore del mattino e al tramonto:

- Usa abiti freschi, larghi, preferibilmente di colore chiaro e a maniche lunghe; scegli sempre scarpe chiuse piuttosto che sandali (e se porti i sandali, indossa anche dei calzini);
- Scegli un alloggio con aria condizionata;
- Applica un repellente per zanzare nelle zone scoperte del corpo:
 - I repellenti a base di DEET sono i più efficaci;
 - Segui le istruzioni sull'etichetta;
 - Se usi un repellente spray, applicalo in un ambiente ventilato per evitare di inalare il prodotto;
 - Non usare il repellente su bambini di età inferiore a due mesi;
 - I bambini non devono maneggiare il repellente;
 - Non applicare il repellente direttamente su pelle infiammata, abrasioni o ferite;
 - Lava sempre le mani dopo aver usato il repellente ed evita il contatto con bocca e occhi;
- Presta sempre attenzione alle indicazioni dell'autorità sanitaria locale

Nelle tre settimane dopo essere tornato a casa, presta attenzione a:

- Sintomi suggestivi di dengue: febbre a esordio improvviso con cefalea, dolore retro-orbitario, dolori muscolari, dolori articolari, o, più raramente, macchie sulla pelle o emorragie;
- Per trattare la febbre e il dolore utilizza farmaci a base di paracetamolo (per esempio, la Tachipirina®);
- Contatta, se necessario, il tuo medico di base o la tua ASL;
- Non usare farmaci a base di acido acetilsalicylico (per esempio l'Aspirina®) e altri antiinfiammatori non steroidei (per esempio, l'ibuprofene).