

En savoir plus sur la dengue et le zika

Des épidémies de dengue (de type 1 et type 3) et d'infection par le zika sévissent actuellement en Polynésie française.

La **dengue** est une maladie causée par un virus transmis par une piqûre de moustique de l'espèce *Aedes*.

Elle ne s'attrape pas directement d'un individu à un autre.

Le **zika** est une maladie causée par un virus de la même famille que celui de la dengue et transmise par une piqûre de moustique.

Comme la dengue, elle ne s'attrape pas directement d'un individu à un autre.

Le meilleur moyen d'éviter ces maladies est de se protéger des piqûres de moustiques



Appliquez sur votre peau un **produit répulsif** anti-moustiques plusieurs fois par jour et en particulier au lever et au coucher du soleil qui sont les périodes où le moustique qui transmet le virus de la dengue et du zika piquent le plus.



Utilisez des **diffuseurs électriques** en intérieur ou des **spirales** anti-moustiques en extérieur.



Les enfants en particulier doivent dormir sous **une moustiquaire** lorsque cela est possible.

Reconnaître les symptômes

Les symptômes de la dengue le plus souvent rencontrés sont :

- > fatigue subite
- > forte fièvre d'apparition brutale souvent accompagnée de frissons
- > maux de tête
- > douleurs musculaires et articulaires

Les symptômes du zika sont :

- > éruption (plaques rouges) sur la peau
- > fièvre modérée (<38,5 °C)
- > douleurs musculaires et articulaires
- > maux de tête
- > conjonctivite (yeux rouges)
- > œdèmes (gonflements) des mains et/ou des pieds

Si vous présentez un ou plusieurs des symptômes ci-dessus lors de votre séjour ou après votre séjour en Polynésie française, consultez un médecin sans attendre !

N'oubliez pas de lui préciser que vous êtes en voyage.



ATTENTION, ne PAS prendre d'ASPIRINE en cas de dengue en raison d'un risque de complications hémorragiques.

More about dengue and zika virus

French Polynesia is currently experiencing outbreaks of both dengue fever (types 1 and 3) and zika infection.

Dengue fever is a disease caused by a virus that can be transmitted to humans when they are bitten by mosquitos of the Aedes species.

Dengue cannot be transmitted directly from person to person.

Zika is a disease caused by a virus from the same family as the dengue virus and it is also transmitted by mosquito bites.

Just like dengue, zika cannot be transmitted directly from person to person.

The best way to avoid these diseases is by preventing mosquito bites.



Apply **mosquito repellent** on exposed skin several times each day, particularly at sunrise and sunset, which is when the mosquitoes that transmit dengue and zika are most likely to bite you.



Use **electric mosquito coils** inside the house or **regular coils** outside.



Children, in particular, should sleep under **mosquito netting** when possible.

Recognising the symptoms

The most common symptoms of dengue fever are:


- > sudden fatigue
- > sudden onset of high fever, often accompanied by chills
- > headache
- > muscle and joint pain

The symptoms of zika infection are:

- > skin rash (red patches)
- > moderate fever (<38.5 °C)
- > muscle and joint pain
- > headache
- > conjunctivitis (pink eyes)
- > oedema (swelling) of the hands and/or feet

If you come down with one or more of the above symptoms during or after your visit to French Polynesia, see a doctor immediately!

Don't forget to tell the doctor that you have been travelling.

 **CAUTION: DO NOT take ASPIRIN if you think you might have dengue fever since there is a risk of complications involving haemorrhaging.**