

Ulinzi Dhidi ya Kupe

Hakikisha kwamba wewe, familia yako na wanyama vipenzi mnalindwa dhidi ya kuumwa na kupe.

Kuna aina kadhaa za kupe wanaoweza kupatikana ndani ya Nova Scotia, lakini ni kupe aliye na miguu mieusi tu huwa na bakteria inayosababisha Ugonjwa wa Lyme.

Kupe hupatikana katika nyasi ndefu, vichaka, maeneo yenye miti, mbuga za mijini na bustani kwa kawaida. Kuna tahadhari rahisi unazoweza kuchukua unapokuwa nje ya nyumba.



Kushoto hadi kulia: Kupe jike mwenye miguu mieusi, kupe wa panyabuku, kupe wa mbwa

Kuanzia juu hadi chini: kupe jike wa mbwa aliyejaa damu, kupe jike mwenye miguu mieusi aliyejaa damu

- Vaa mashati ya mikono mirefu yenye rangi ang'avu na suruali ndefu, na soksi zenye rangi ang'avu na viatu vilivyofunikwa katika sehemu zote (hili hufanya kupe kuonekana zaidi)
- Chomekea shati lako na uvute soksi zako juu ya miguu ya suruali
- Nyunyiza mavazi na ngozi iliyoachwa wazi kwa dawa ya kufukuza wadudu iliyo na DEET au Icaridin (hakikisha unafuata maelekezo yaliyo kwenye lebo)
- Angalia mavazi na mwili wako kwa makini ili kuona kama kuna kupe baada ya kufanya kazi au kucheza nje. Kuwa mwangalifu zaidi kwa kwapa, sehemu ya nyuma ya magoti, na viungo vya uzazi au sehemu ya fupanyonga
- Kata nyasi na uondoe majani kwenye ua lako
- Weka nguo za nje kwenye kifaa cha kukausha nguo chenye joto kali kwa dakika 10 ili kuua kupe waliobaki
- Daima angalia ikiwa wewe, watoto wako na wanyama vipenzi wana kupe baada ya kuwa nje.

NOVA SCOTIA

Kuwa Macho Kuhusu Kupe

Ili kujifunza zaidi kuhusu kupe na ulinzi dhidi ya kupe, tembelea:

<https://novascotia.ca/ticksafety/>