

# One bite. One life changed forever. Protect yourself.

**West Nile Virus** can strike anyone of any age. And one out of five who are infected will suffer a debilitating illness that can last a lifetime. Worse yet, some will actually lose their life. Take action and protect yourself all summer.

## Remember the four Ds:

- Use DEET-enhanced insect repellent. (2% soy-based, organic products also available.)
- DRESS in long sleeves and pants.
- Avoid the outdoors from DUSK to DAWN.
- DRAIN standing water outside your home.

For more information call the West Nile Virus Hotline at 303.441.1460. Or visit [www.bouldercountymosquito.net](http://www.bouldercountymosquito.net).



BOULDER COUNTY  
**Public Health**

# Una picadura. Una vida que cambia para siempre. Protéjase.

**El West Nile Virus (Virus del Nilo)** puede atacar a cualquier persona de cualquier edad. Una de cada cinco personas infectadas con el virus, sufrirá una enfermedad debilitadora que podría afectarle toda la vida. Peor aún, algunas personas pueden morir a consecuencia de este virus. Actúe protegiéndose todo el verano.

Para mayor información, llame al teléfono 303.441.1460 – “Línea de ayuda contra el West Nile Virus (Virus del Nilo)”. O visite la página [www.bouldercountymosquito.net](http://www.bouldercountymosquito.net).

## Recuerde las siguientes cuatro recomendaciones:

- Use un repelente contra insectos que contenga DEET [N, N-dietil-m-toluamida]. También podría utilizar productos orgánicos contra insectos que contengan una base de 2% soya.
- VÍSTASE con pantalón largo y camisas / blusas de manga larga.
- Evite estar al aire libre desde el ATARDECER hasta el AMANECER / MADRUGADA.
- Escurra toda el agua estancada que encuentre en el exterior de su casa.



BOULDER COUNTY  
**Public Health**