

# Men Kèk Enfòmasyon

## Fason pou Pwoteje Tèt Ou Ensèk k ap Mòde

### Ensèk k ap Vole

Travayè ki deyò nan lanati nan risk pou ensèk k ap vole (myèl, gèp, ak gwo gèp) ak foumi wouj mòde yo. Alòske pifò piki ensèk yo lakòz sèlman yon ti malèz, kèk ka lakòz reyaksyon alèjik grav ki egzije pou jwenn swen medikal imedyat, epitou yo ka lakòz lanmò.

### Premye Sekou

Si yon ensèk mòde yon travayè:

- Fè yon moun rete avèk travayè a pou asire li pa gen yon reyaksyon alèjik.
- Lave kote ensèk la mòde moun nan avèk savon ak dlo.
- Retire pikan an avèk twal-gaz ki siye sou zòn nan, oswa grate zòn nan avèk yon zong.
  - Pa janm peze pikan an, oswa pa itilize pensèt.
- Pase glas pou bese kote ki anfle a.
- Pa grate pikan an, paske sa ka ou anfle plis, sa ka ogmante demanjezon, ak risk pou gen enfeksyon.

### Pwoteje Tèt Ou

- Mete rad ki gen koulè pal, ki gen sifas lis.
- Pa sèvi ak savon pafime, chanpou, ak deyodoran.
  - Pa mete Odkolòy oswa pafen sou ou.
- Mete rad pwòp, epi benyen chak jou.
- Mete rad pou kouvri kò ou otank posib.
- Pa rete bòkote plant k ap fleri lè li posib.
- Kite zòn travay la pwòp. Kèk ensèk atire nan manje yo jete.
- Rete kalm ak trankil si gen yon ensèk ki mòde k ap vole bòkote ou. (Si ou tape li sa ka lakòz li mòde ou.)
- Si lizyè ensèk ki mòde atake ou, kouri ale. (Myèl yo bay yon sibstans chimik lè yo mòde ou, epi sibstans lan atire lòt myèl.)
  - Antre andedan.
  - Zòn ki gen lonbraj yo pi bon pase zòn ki lib yo.
  - Pa lage kò ou nan dlo. Kèk ensèk (pa egzanzp, myèl afriken yo) se myèl ki vole anlè dlo san pwoblèm.
- Si gen yon ensèk andedan machin ou, kanpe machin nan dousman, epi louvri tout fenèt yo.
- Si yon travayè abitye gen reyaksyon alèjik grav lè ensèk mòde oswa pike li, li ta dwe pote yon oto-enjektè adrenalin, epitou li ta dwe mete bijou ID medikal pou fè konnen alèji a.

# Foumi Wouj

Foumi wouj yo mòde ak pike moun. Yo menasan lè y ap pike moun, epi yo enjekte venen, k ap lakòz ou santi brili. Gen kèk ti boul wouj ki fòme nan kote foumi an pike ou, epi apre yon jou oswa de (2) jou, ti boul yo tounen bouton ki plen likid blan.



## Premye Sekou

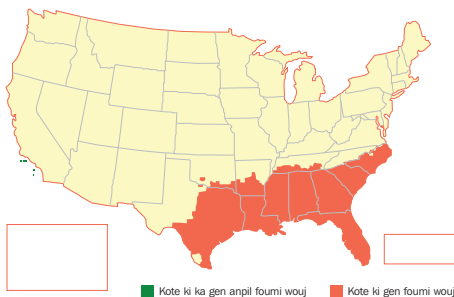
- Fwote kò ou rapid pou fè foumi yo ale, paske y ap tache sou po ou avèk machwè yo.
- Antiyistamin yo ka ede ou.
  - Swiv eksplikasyon ki sou anbalaj la.
  - Ou ka anvi dòmi.
- Chèche swen medikal touswit si ou gen doulè pwatrin, si ou anvi vomi, si ou swe anpil, si souf ou anlè, si ou anfle yon fason ki grav, oswa si ou pa ka pale byen apre foumi fin mòde ou.

## Pwoteje Tèt Ou

- Pa deranje pil foumi an.
- Pran prekosyon ou lè w ap retire (tankou eskèlèt bèt) atè, paske yo ka kouvri avèk anpil foumi.
- Ou ka jwenn foumi wouj sou pyebwa ak nan dlo, kidonk toujou obsève zòn nan anvan ou kòmanse travay.
- Foure pantalon ou nan chosèt ou oswa nan bòt ou.
- Si yon travayè abitye gen reyaksyon alèjik grav lè ensèk mòde oswa pike li, li ta dwe pote yon oto-enjektè adrenalin, epitou li ta dwe mete bijou ID medikal pou fè konnen alèji a.



## Varyete ki La ak Sa ki Ka Enpòte Lè Pakèt Foumi Wouj sou Ou



Sous: Depatman Agrikilti Etazini

**DEPATMAN SANTE AK SÈVIS SOSYAL**  
Sant pou Kontwòl ak Prevansyon Maladi  
Enstiti Nasyonal pou Sekirite ak Sante nan Travay

[www.cdc.gov/niosh/topics/outdoor/](http://www.cdc.gov/niosh/topics/outdoor/)

Piblikasyon DHHS (NIOSH) Nimewo 2010–117

Telephone: 1-800-CDC-INFO

TTY: 1-888-232-6348

Imèl: [cdcinfo@cdc.gov](mailto:cdcinfo@cdc.gov)



**NIOSH**