

## KNOW THE FACTS

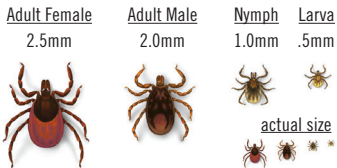
- > Lyme is the fastest-growing infectious disease in the US
- > Detected in all states
- > 329,000+ **new** cases each year
- > Tick "season" is year-round in California and present in 42 of 58 counties
- > Ticks carry other infections
- > Children are most at risk for Lyme

## CONOCER LOS HECHOS

- > Lyme es la enfermedad infecciosa de más rápido crecimiento en los EE.UU.
- > Detectada en los 50 estados
- > Mas de 329,000 nuevos casos cada año
- > La "temporada" de garrapatas dura todo el año en California y Lyme ha sido detectado en 42 de los 58 condados
- > Garrapatas son portadoras de otras infecciones
- > Los niños corren el mayor peligro de Lyme

## KNOW THE TICKS

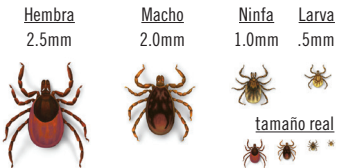
### WESTERN BLACKLEGGED TICK



Ticks are tiny—nymphs are the size of a poppy seed

### CONOCER LAS GARRAPATAS

### WESTERN BLACKLEGGED TICK



Las garrapatas son pequeñas—las ninfas son del tamaño de una semilla de amapola



Bay Area Lyme  
FOUNDATION

## PREVENTING LYME DISEASE

*What You Should  
Know in California*

## PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD DE LYME

*Lo que debe saber en California*

[www.bayarealyme.org](http://www.bayarealyme.org)

## PREVENTION

- > Walk in middle of trails avoiding bushes, grasses and leaves
- > Dress in light-colored clothing with long pants and long-sleeved shirts
- > Consider using insect repellents: DEET on skin, Permethrin on clothing
- > Check for ticks daily: hair, neck, groin, armpits, waist and belly button
- > You may not feel the bite—ticks numb the skin

## PREVENCAO

- > Camine en medio de senderos evitando arbustos, hierbas y hojas
- > Lleve ropa de color claro con pantalones largos y camisas de manga larga
- > Considere el uso de repelentes de insectos: DEET en la piel, permetrina en la ropa
- > Busca garrapatas diariamente: en el pelo, el cuello, la ingle, las axilas, la cintura y el ombligo
- > Tal vez no notarías la picadura—garrapatas adormecen en la piel

## IF BITTEN

- > Remove the tick promptly using fine-point tweezers and clean bite area
- > Keep the tick (dead or alive) – you may want to test it for Lyme bacteria
- > Watch for signs of Lyme – any of these ALONE may indicate infection:
  - Flu-like symptoms
  - Headaches, fever, chills
  - Red, moving rash
  - Muscle pain, aches, fatigue

## SI HAY PICADURA

- > Quite la garrapata de inmediato con pinzas de punta fina y limpie la área de la picadura
- > Guarde la garrapata (viva o muerta) —puede que desee probarla para las bacterias de Lyme
- > Esté atento a las síntomas de Lyme—cualquiera de ellas por sí solo puede indicar una infección:
  - Síntomas de gripe
  - Dolor de cabeza, fiebre, escalofríos
  - Rojo, erupción en movimiento
  - Dolor muscular, fatiga

## TREATMENT

- > See your doctor
- > Tell him/her about the tick bite or if you suspect a bite
- > Tests are not 100% accurate so use your instincts
- > Antibiotics are effective if given within days or weeks of infection

For more information visit:  
[www.bayarealyme.org/get-help](http://www.bayarealyme.org/get-help)

## TRATAMIENTO

- > Consulte a su médico
- > Cuénteles sobre la picadura de garrapata o si sospecha una picadura
- > Las pruebas no son 100% precisas así que siga sus instintos
- > Los antibióticos son eficaces si se les dan dentro de unos días o unas semanas de la infección

Para más información, visite:  
[www.bayarealyme.org/get-help](http://www.bayarealyme.org/get-help)