Практични совети за заштита од убоди од комарци кај патници

Комарците пренесуваат повеќе типови на вируси и паразити кои може да предизвикаат болести како: Западно нилска треска, чикунгуња, денга, Зика и маларија. Ако патувате во области што ги има овие болести, обратете се во најблискиот Центар за јавно здравје за совет како најдобро да се заштитите.
Доколку патувате во земји каде што е регистрирани болести кои се пренесуваат преку комарци, применувајте ги препораките за заштита од комарци.

Комарците може да живеат и во затворени простории и да каснат во било кое време од денот. Затоа, заштитете се од убоди на комарци на следниве начини:

Изберете хотел/преноќиште со климатизација или заштитни мрежи на прозорците и вратите!

- Изберете хотел/преноќиште со климатизација или заштитни мрежи на прозорците и вратите!
- Доколку сте надвор или во соба која не е доволно заштитена, спијте со заштитна мрежа за кревети.
- Купете заштитна мрежа пред да патувате во земји каде има Зика вирусни инфекции и други заболувања кои се пренсуваат преку комарци (маларија, чикунгуња, денга, Зика, Западно Нилска треска) .
- Изберете мрежа која има најмалку 24 отвори на цм2 и е доволно долга да се подвитка под душекот.
- Мрежи третирани со Permethrin инсектицид, обезбедуваат подобра заштита од обичните мрежи (Permethrin е инсектицид кој ги уништува комарците и други инсекти).
- Не ги перете и не ги изложувајте на сончева светлина мрежите третирани со инсектицид.

» Повеќе информации за заштитни мрежи за кревети може да се добијат од: www.cdc.gov/malaria/malaria_worldwide/reduction/itn.html

Покријте се!

- Носете облека со долги ракави и ногавици
- Комарците може да каснат преку тенка облека. Третирајте ја облеката со permethrin, или друг соодветен инсектицид за дополнителна заштита.

Користете инсектициди кои се сертифицирани во соодветни агенции

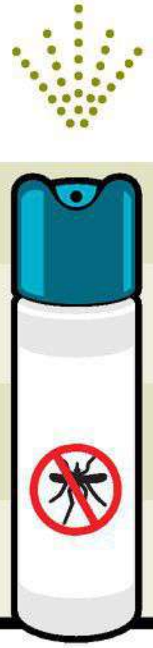
- Носете инсектицид со себе
- Секогаш следете ги упатствата на производителот
- Нанесувајте го инсектицидот на секои 2-3 часа
  - Не нанесувајте инсектицид на кожата под облеката
  - Ако истовремено користете заштитна крема за сонце, прво нанесете ја кремата, па потоа инсектицидот
  - За повеќе информации: www.epa.gov/insect-repellents

Инсектициди на природна основа

- Во САД, ЕПА (Агенција за заштита на околината) не ја евалурала ефикасноста на најчесто користените природни репеленти на инсекти
  - Примери на најчесто употребувани состојки како природни репеленти се: citronella oil, cedar oil, geranium oil, peppermint and peppermint oil, pure oil of lemon eucalyptus, soybean oil.

Секогаш користете инсектициди (репеленти) за кои е докажано се безбедни и ефикасни!

Користете инсектицид (репелент) со една од следниве активни компоненти:



Повисоки концентрации на активни состојки обезбедуваат подолготрајна заштита!

DEET

Picaridin познат и како (KBR 3023, Bayrepel и icaridin) познат како Autan

Масло од еукалиптус (OLE) или para-menthane-diol (PMD)

IR3535

Ако патувате со дете:

- Секогаш следете ги упатствата кога нанесувате репелент на дете
- Не користете репеленти кај бебиња помали од 2 месеци
    - Наместо тоа, облечете ги бебињата и малите деца со облека која ги покрива рацете и нозете, покријте ја количката/ креветчето/ транспортерот со заштитна мрежа
- Возрасни: ако нанесувате репелент на дете, прво нанесете на своите раце а пота на лицето на детето. Не нанесувајте репелент на рацете на детето или на иритирана (повредена) кожа.

Заштитете ја облеката и опремата:

- Користете Permethrin за да ја третирате облеката и опремата (како чевли, панталони, чорапи, шатори). Прочитајте го упатството за времетраењето на заштитата на инсектицидот.
- Ако сами користите инсектицид за третирање на облека и опрема, секогаш придржувајте се до упатствата на производителот
- Продукти кои содржат Permethrin не треба да се нанесуваат директно на кожа!

Преведено од CDC , Институт за јавно здравје на Република Македонија