



## Πώς μπορούμε να αποφύγουμε τα κουνούπια στο σπίτι;



- Με αντικουνουπικά πλέγματα (σήτες), σε παράθυρα, φεγγίτες, αεραγωγούς τζακιού. Απαιτείται περιοδικός έλεγχος και συντήρησή τους.
- Με χρήση κουνουπιέρας σε περιοχές με μεγάλη πυκνότητα κουνουπιών ή σε περιπτώσεις που αντενδίδνεται η χρήση άλλων προστατευτικών μέσων (όπως σε βρέφη μικρότερα των 2 μηνών). Σιγουρευτείτε ότι δεν έχει εγκλωβιστεί κουνούπι στην κουνουπιέρα.
- Με χρήση εντομοκτόνων στον αέρα. Περιέχουν πυρεθρινοειδή (π.χ. Περμεθρίνη). Κυκλοφορούν στο εμπόριο στις εξής μορφές: αερόλυμα (αεροζόλ), ταμπλέτες, εξατμιζόμενο διάλυμα, σπιράλ («φιδάκια») κ.λπ. Τα εντομοκτόνα δεν πρέπει να εφαρμόζονται στο δέρμα. Σε όλες τις περιπτώσεις θα πρέπει να ακολουθούνται οι οδηγίες χρήσης του σκευάσματος ή της συσκευής.
- Με χρήση ανεμιστήρων ή κλιματιστικών. Ο δροσερός αέρας μειώνει τη δραστηριότητα των κουνουπιών, αλλά δεν τα σκοτώνει. Η χρήση ανεμιστήρων (ιδίως οροφής) δυσχεραίνει την προσέγγιση των εντόμων.
- Με χρήση λαμπτήρων κίτρινου χρώματος για το φωτισμό εξωτερικών χώρων (προσελκύουν λιγότερο τα κουνούπια).
- Με κούρεμα γρασιδιού, θάμνων και φυλλωσιών (σημεία που βρίσκουν καταφύγιο τα ενήλικα κουνούπια).
- Προτιμήστε το πότισμα να γίνεται κατά τις πρωινές ώρες.
- Με απομάκρυνση του στάσιμου νερού από λεκάνες, βάζα, γλάστρες, παλιά λάστιχα, υδρορροές και άλλα μέρη του κήπου, ώστε να μην έχουν πρόσβαση τα κουνούπια σε λιμνάζοντα νερά, που αποτελούν σημεία εναπόθεσης των αυγών τους. Ακόμα και το έδαφος που παραμένει για μεγάλα διαστήματα υγρό μετά το πότισμα μπορεί να αποτελέσει σημείο εναπόθεσης αυγών.

Τμήμα Επιδημιολογικής Επιτήρησης και Παρέμβασης

[www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)

τηλέφωνο:

210 5212054



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)

# Προστασία από τα κουνούπια



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ  
ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ & ΠΡΟΛΗΨΗΣ  
ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ.)



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
&  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ



## Ποια νοσήματα μπορούν να μεταδοθούν με τσιμπήματα κουνουπιών;

Αρκετά νοσήματα από ιούς και παράσιτα όπως είναι η ελονοσία, η λοίμωξη από τον ιό του Δυτικού Νείλου, ο δάγκειος πυρετός, ο πυρετός Chikungunya κ.λπ.

## Πώς μπορούμε να αποφύγουμε τα τσιμπήματα των κουνουπιών;

- Με κατάλληλα ενδύματα: μακριά μανίκια και παντελόνια. Πιο αποτελεσματικά είναι τα ανοιχτόχρωμα και φαρδιά ρούχα.
- Με εντομοαπωθητικά στο ακάλυπτο δέρμα και επάνω από τα ρούχα, με τις παρακάτω δραστικές ουσίες:

- **DEET (N,N-διεθυλοτολουαμίδη)**
- **Πικαριδίνη (picaridin) ή ικαριδίνη (icaridin)**
- **Αιθέρια έλαια ευκαλύπτου**
- **IR3535**

Για τα εντομοαπωθητικά που περιέχουν DEET, προτιμώνται τα σκευάσματα με συγκέντρωση 20-50% για τους ενήλικες και 10-30% για τα παιδιά.

**Προσοχή!** Τα περισσότερα είδη κουνουπιών τσιμπούν από το σούρουπο μέχρι το χάραμα.

## Όταν στην περιοχή μας υλοποιούνται προγράμματα καταπολέμησης κουνουπιών, χρειάζεται να χρησιμοποιούμε εντομοαπωθητικά;

Ναι, γιατί τα προγράμματα αυτά δεν εκμηδενίζουν τον κίνδυνο. Γι' αυτό και η ατομική προστασία είναι απαραίτητη.



## Τι προσέχουμε κατά τη χρήση των εντομοαπωθητικών;

- Απλώνουμε όσο εντομοαπωθητικό χρειάζεται για να επαλειφθεί το ακάλυπτο δέρμα (ή και τα ρούχα). Να αποφεύγεται η υπερβολική ποσότητα.
- Δεν τα χρησιμοποιούμε επάνω σε ερεθισμένο δέρμα, αμυχές (κοψίματα) και τραύματα. Δεν τα βάζουμε στα μάτια και το στόμα.
- Δεν αφήνουμε τα παιδιά να χρησιμοποιούν μόνο τους εντομοαπωθητικά. Όταν πρέπει να γίνει χρήση σε παιδιά, το επαλείφουμε στα χέρια μας και μετά τους το απλώνουμε, όπου χρειάζεται. Επίσης δε βάζουμε εντομοαπωθητικά στα χέρια των παιδιών.

- Δε χρειάζεται εντομοαπωθητικό κάτω από τα ρούχα.
- Τα εντομοαπωθητικά χρησιμοποιούνται κυρίως έξω από το σπίτι. Όταν επιστρέψουμε συστήνεται το πλύσιμο του δέρματος με σαπούνι και νερό.
- Τα εντομοαπωθητικά πρέπει να επαλείφονται μετά τα αντιηλιακά.
- Οι έγκυες και οι θηλάζουσες μητέρες θα πρέπει να ακολουθούν τις οδηγίες χρήσης των σκευασμάτων και να συμβουλευονται το γιατρό τους.
- Εντομοαπωθητικά με DEET αντενδείκνυνται σε βρέφη μέχρι 2 μηνών, ενώ συνιστάται η χρήση τους με προσοχή σε παιδιά μικρότερα των 12 ετών. Εντομοαπωθητικά που περιέχουν αιθέρια έλαια ευκαλύπτου αντενδείκνυνται σε παιδιά μικρότερα των 3 ετών.
- Αν μετά από την εφαρμογή του εντομοαπωθητικού παρατηρηθεί ερεθισμός, σταματάμε τη χρήση, ενημερώνουμε το γιατρό μας και του προσκομίζουμε το εντομοαπωθητικό που χρησιμοποιήσαμε.

**Σε όλες τις περιπτώσεις, θα πρέπει να ακολουθούνται οι οδηγίες χρήσης του σκευάσματος.**