



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

## Ochrana před poštípáním komáry

Ochrana před poštípáním komáry je základem prevence mnoha onemocnění jak na území České republiky, tak v zahraničí.

### Ochrana před poštípáním komáry zahrnuje:

- **oděv** (doporučeny jsou světlé barvy), který kryje maximum těla - dlouhé rukávy, nohavice,
- **použití repelentů vhodných do tropů**,

- repelenty mají být aplikovány na kůži, která není chráněna oděvem, lze je aplikovat i na oděv; doporučené účinné repelenty obsahují DEET (diethyltoluamid) nebo IR 3535 nebo Icaridin; repelenty musí být aplikovány přesně podle doporučení výrobce,

- pokud komáři začínají kousat, použijte repelent opakovaně,

- **použití bariér** jako jsou sítě v oknech, zavřená okna, zavřené dveře,
- používání **insekticidů** v místnosti (elektrické odpařovače),
- není-li místnost klimatizovaná, **spát či odpočívat pod moskytiérou** (nejlépe impregnovanou repelentem), i během dne,
- **vyhledávání a ničení potenciálních lůhnišť komárů** vyprázdněním, vyčištěním a zakrytím nádob a předmětů, kde mohou zůstat i velmi malá množství vody (kyblíky, vázy, květináče, pneumatiky, misky na vodu domácí zvířata, apod.).
- **ochrana by měla respektovat období, kdy jsou komáři nejaktivnější:**

- komáři přenášející Dengue, žlutou zimnici, Ziku a chikungunya od svítání do soumraku, ale i během noci

- komáři přenášející malárii, západonilskou horečku a japonskou encefalitidu od soumraku do svítání