



**Piogge abbondanti  
e clima caldo sono  
le condizioni perfette  
per la riproduzione  
delle zanzare.**



**NON  
IMPROVVISARE**

**CON LE ZANZARE**



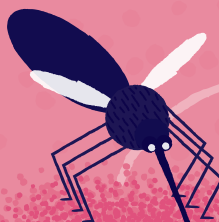
**NON  
IMPROVVISARE**

**CON LE ZANZARE**



**Questo comporta un maggior  
numero di zanzare e un maggior  
rischio di trasmissione di  
malattie, tra cui il virus della  
foresta di Barmah, il virus Ross  
River, l'encefalite giapponese e  
l'encefalite della Murray Valley.**

**La migliore e  
principale protezione  
contro le malattie  
trasmesse dalle  
zanzare è evitare di  
essere punti.**



**Per maggiori informazioni su  
come proteggerti dalle punture  
di zanzara e dalle malattie  
che questa può trasmettere,  
visita il sito  
[www.betterhealth.vic.gov.au/  
protect-yourself-mosquito-  
borne-disease](http://www.betterhealth.vic.gov.au/protect-yourself-mosquito-borne-disease).**

Per ricevere questo documento in un altro formato,  
invia un'e-mail a [pph.communications@dhhs.vic.gov.au](mailto:pph.communications@dhhs.vic.gov.au).

Authorised and published by the Victorian Government,  
1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health,  
December 2022

Stampato da Finsbury Green, Melbourne (2211311).

**Come proteggere  
te stesso e la tua  
famiglia contro le  
malattie trasmesse  
dalle zanzare.**



## Come proteggerti dalle punture di zanzara



Applica un repellente per le zanzare che contenga icaridina o DEET sulle parti scoperte.



Indossa indumenti lunghi, ampi e di colore chiaro per coprire la pelle, così come calzini e scarpe chiuse. Le zanzare possono pungerti attraverso indumenti aderenti.



Cerca di ridurre le attività all'aperto se ci sono molte zanzare.



Elimina i ristagni d'acqua in casa e fuori per prevenire la riproduzione delle zanzare.



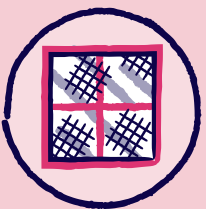
Gli zampironi possono essere efficaci nei piccoli spazi all'aperto dove ci si riunisce per mangiare o rilassarsi.



In ambienti chiusi utilizza uno spray per insetti ad azione rapida e dispositivi elettrici antizanzare.



Dormi sotto una zanzariera da letto se non hai le zanzariere alle finestre che ti proteggono.



Impedisci alle zanzare di entrare in casa installando zanzariere alle finestre e alle porte.

## Scegliere il repellente per zanzare

I repellenti possono essere sotto forma di lozione, gel e spray. I repellenti che contengono icaridina o DEET (dietiltoluamide) sono i più efficaci. Un prodotto con una concentrazione che va dal 10% al 20% è sufficientemente protettivo per la maggior parte delle persone. La concentrazione del repellente si riferisce alla sua durata, non all'efficacia. Scegli quindi la concentrazione più bassa secondo le tue esigenze e applica il repellente in base alle tue necessità. Per la maggior parte delle persone, il 10-20% è sufficiente.

## Usare il repellente per zanzare

Così come la protezione solare, il repellente per zanzare è efficace solo se applicato su tutte le parti del corpo non coperte da indumenti. Applica uno strato sottile e uniforme su tutte le parti scoperte.

È importante applicare nuovamente il repellente dopo aver nuotato o sudato, poiché non è resistente all'acqua.

Fai attenzione ad evitare il contatto con gli occhi e la bocca quando lo applichi, e non lasciare che i bambini lo usino da soli.

Il DEET può danneggiare le materie plastiche, come il Gore-Tex e i cinturini. Se questo è un problema, usa la icaridina.

Per i bambini, metti il repellente roll-on o spray sulle tue mani e poi applicalo sulla loro pelle. Segui le istruzioni riportate sull'etichetta.

## Pulisci dentro e fuori casa

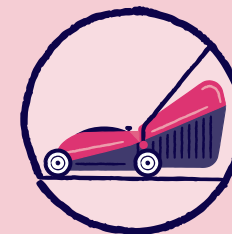
Le zanzare amano riprodursi in acqua stagnante. Riduci il più possibile la presenza di ristagni d'acqua in prossimità dei cortili.



Rimuovi tutti i più piccoli ristagni d'acqua che si depositano in vecchi pneumatici, sottovasi, secchi e rimorchi.



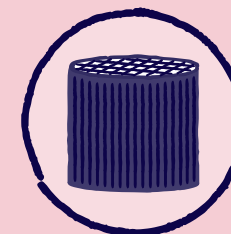
Svuota e sostituisci l'acqua delle vaschette per uccelli, ciotole per animali domestici e fontane almeno una volta alla settimana.



Taglia l'erba alta, pota gli arbusti e i cespugli.



Mantieni pulite grondaie e piscine.



Controlla che i serbatoi d'acqua siano sigillati e dotati di zanzariere e valvole a cerniera su ogni apertura, compreso il tubo di troppo pieno.

