



Многу дожд и топлото време создаваат перфектни услови за размножување на комарци.



Тоа може да значи повеќе комарци и зголемен ризик од болестите што ги пренесуваат, како што се Барма Форест вирусот, Рос Ривер вирусот, јапонскиот енцефалитис и Мари Ривер енцефалитисот.

Најдобра заштита од болести што ги пренесуваат комарците е пред сè да одбегнувате да бидете каснати.



**БИДЕТЕ
ПОДГОТВЕНИ**

ЗА КОМАРЦИ



За повеќе информации како да се заштитите од каснување од комарци и од болести што ги пренесуваат комарците, видете на www.betterhealth.vic.gov.au/protect-yourself-mosquito-borne-disease.

За да го добиете овој документ во друг формат, ве молиме пратете имејл на rph.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

Печатено од Finsbury Green, Melbourne (2211311).



**БИДЕТЕ
ПОДГОТВЕНИ**

ЗА КОМАРЦИ



Како да се заштите себеси и вашето семејство од болести што ги пренесуваат комарците.



Како да се заштитите од каснување на комарци



На сите непокриени делови на кожата ставајте средство против комарци (mosquito repellent) што содржи пикаридин или DEET.



Носете долга и широка облека во светли бои за да ја покриете кожата, како и затворени обувки со чорапи. Комарците може да касаат низ тесна облека.



Обидете се да ги ограничите активности на отворено, ако има многу комарци.



Отстранете застојана вода околу вашиот дом за да спречите размножување на комарци.



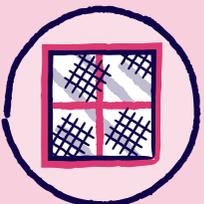
Спирали против комарци (mosquito coils) исто така може да бидат ефикасни во мали простори на отворено каде се собираат да седите или јадете.



Во затворено, користете спрејови против инсекти со брзо дејство и апарати против инсекти што се вклучуваат во струја.



Спијте под мрежа против комарци ако не сте заштитени со жичана мрежа против инсекти.



Спречете комарци да влезат внатре поставувајќи мрежи против инсекти (fly screens) на прозорците и вратите.



Одбирање средство против комарци

Средствата се во облик на лосиони, гелови, аеросоли и спрејови со распрскувач. Најефикасни се средствата што содржат пикаридин или DEET (Diethyltoluamide). Производите со концентрација од 10 до 20% обезбедуваат заштита за повеќето луѓе. Концентрацијата на средствата се однесува на трајноста, а не на ефикасноста. Затоа одберете концентрација што е најниска за вашите потреби и повторно употребете го средството по потреба. За мнозинството луѓе, средство со концентрација од 10-20% е соодветно.

Користење на средство против комарци

Исто како кремот за заштита од сонце (sunscreen), средството против комарци е ефикасно само ако се става на сите непокриени делови на кожата. Ставете тенок и рамномерен слој на сите непокриени делови на кожата.

Важно е повторно да се попрскате или намачкате, особено после пливање или потење, зашто средствата не се отпорни на вода.

При употребата внимавајте да ги одбегнувате очите и устата, и не дозволувајте децата сами да го ставаат средството.

DEET може да оштети пластика, како што е gore-tex ткаенина и ремчиња за рачни часовници. Префрлете се на пикаридин ако тоа е проблем.

За децата, намачкајте ги или испрскајте вашите раце со средството и потоа намачкајте ја нивната кожа. Следете ги упатствата на етикетата.

Исчистете околу вашиот дом

Комарците се размножуваат во застојана вода. Исушете ги баричките во и околу дворовите, каде што можете.



Исчистете околу кука, отстранувајќи дури и малку вода насобрана во стари гуми, подлоги од саксии, кофи и приколки.



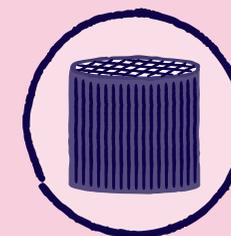
Најмалку еднаш неделно испразнете и сменета ја водата во бањите за птици, во садови за пиене на домашните миленици и во водни украси.



Исечете ја долгата трева, грмушките и честакот.



Одржувајте ги чисти олуците и базените за капење.



Проверете дали цистерните за вода се запечатени и опремени со мрежи против комарци и/или „flap“ вентили на секој отвор, вклучително тие за прелевање.

