



Обильные дожди и теплая погода – идеальные условия для размножения комаров.



А значит, комаров будет больше и возрастет риск болезней, которые они переносят – а это вирусы Барма-Форест и Росс-Ривер, японского энцефалита и энцефалита долины Мюррея.

Лучшая защита от комаров-переносчиков болезней – избегать комариных укусов.



С КОМАРАМИ ШУТКИ ПЛОХИ



Подробнее о том, как уберечься от укусов комаров и переносимых ими болезней, читайте на www.betterhealth.vic.gov.au/protect-yourself-mosquito-borne-disease.

Чтобы получить этот документ в другом формате, пишите на 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

Отпечатано Finsbury Green, Мельбурн (2211311).



С КОМАРАМИ ШУТКИ ПЛОХИ

Как защитить себя и семью от комаров-переносчиков болезней.



Как защититься от комариных укусов



Наносите репеллент с пикаридином или ДЭТА на все открытые участки кожи.



Надевайте длинную свободную светлую одежду, закрывающую тело, а на ноги – закрытую обувь с носками. Плотную прилегающую одежду комары прокусывают.



При большом скоплении комаров старайтесь ограничивать пребывание на улице.



Осушите стоячую воду вокруг дома, чтобы в ней не заводились комары.



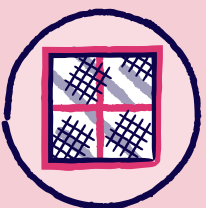
На небольших открытых площадках для отдыха или приема пищи могут быть эффективны спирали от комаров.



В помещении пользуйтесь быстродействующими аэрозолями от мух и фумигаторами («фумитокс»).



Если у вас нет москитных сеток на окнах, спите под москитным пологом.



Не пускайте комаров в дом – закройте окна и двери москитными сетками.

Как выбрать репеллент

Репелленты выпускаются в виде лосьонов, гелей, аэрозолей и спреев. Эффективнее всего репелленты с пикаридином и диэтилтолуоламидом (ДЭТА). Большинству людей подходят средства с концентрацией действующего вещества от 10% до 20%. От концентрации зависит время действия репеллента, а не его эффективность. Поэтому нужно выбирать минимальную концентрацию для своих нужд и повторно наносить репеллент по мере необходимости. Большинству людей подходит 10-20%.

Как пользоваться репеллентом

Как и солнцезащитный крем, репеллент действует только при нанесении на все открытые участки кожи. Старайтесь наносить средство тонким ровным слоем на все открытые участки кожи.

Репелленты не водостойки, поэтому важно наносить средство регулярно, особенно после плавания или если вспотели.

Избегайте попадания средства в глаза и рот, а маленьким детям не давайте самим наносить репеллент.

ДЭТА может повреждать изделия из полимеров – например, мембраны Gore-Tex и браслеты наручных часов. Если для вас это проблема, переходите на пикаридин.

Сначала нанесите роликовый или спрей-репеллент себе на руки, а потом оботрите ребенка. Следуйте указаниям на упаковке.

Наведите порядок вокруг дома

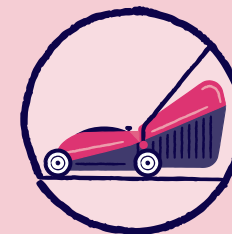
Комары разводятся в стоячей воде. По возможности осушайте лужи во дворе и на придомовой территории.



Осушайте даже маленькие лужицы воды в старых покрышках, блюдах под горшками с цветами, ведрах и прицепах.



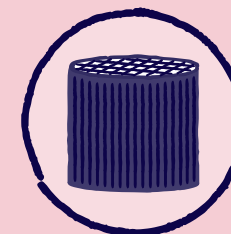
Меняйте воду в поилках для птиц и домашних животных и декоративных фонтанах не реже раза в неделю.



Подстригите высокую траву и кустарники.



Содержите в чистоте водосточные желоба и бассейны.



Проверьте, что водяные баки герметичны и оборудованы противомоскитными сетками и/или откидными клапанами, в том числе на переливах.

