ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Γενική Δ/νση Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικής Μέριμνας Περιφέρειας Ηπείρου
Δ/νση Δημόσιας Υγείας & Κοινωνικής Μέριμνας Π.Ε. Πρέβεζας
Τμήμα Περιβαλλοντικής Υγιεινής & Υγειονομικού Ελέγχου

Μέτρα προστασίας από τα κουνούπια

Τμήμα Νοσημάτων που Μεταδίδονται με Διαβιβαστές
Διεύθυνση Επιδημιολογικής Επιτήρησης και Πρόληψης Μεταδοτικών Νοσημάτων
Γενική Διεύθυνση Επιδημιολογικής Επιτήρησης
Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ)

Τα κουνούπια

αν είναι μολυσμένα

και

ανάλογα με το είδος τους

μπορεί να μεταδώσουν με το τσίμπημά τους διάφορα νοσήματα

Στην Ελλάδα, τα τελευταία έτη, καταγράφονται κρούσματα **λοίμωξης από τον ιό του Δυτικού Νείλου**, σε ετήσια βάση

Επίσης, στο παρελθόν, είχαν καταγραφεί κρούσματα ελονοσίας (κατά τα έτη 2009 - 2021)

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Πώς μεταδίδεται η λοίμωξη από ιό του Δυτικού Νείλου;

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- **Κυρίως με τσίμπημα από μολυσμένο κουνούπι** (συνήθως το "κοινό" κουνούπι του γένους *Culex*)
- Το κουνούπι μολύνεται από μολυσμένο **πτηνό**
- **Δεν μεταδίδεται άμεσα από άτομο σε άτομο, με τη συνήθη κοινωνική επαφή**
- Πιο σπάνια με: - μετάγγιση αίματος
  - μεταμόσχευση οργάνων
  - από τη μητέρα στο έμβρυο

Ιός Δυτικού Νείλου - κουνούπι Culex

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Συνήθως αφήνει αβγά:
  σε νερό πλούσιο σε οργανικό υλικό

- **Τσιμπάει από το σούρουπο έως το χάραμα**,
  καθ' όλη τη διάρκεια της νύχτας

Αυξημένο κίνδυνο για σοβαρή νόσο από τον ιό του Δυτικού Νείλου έχουν:

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

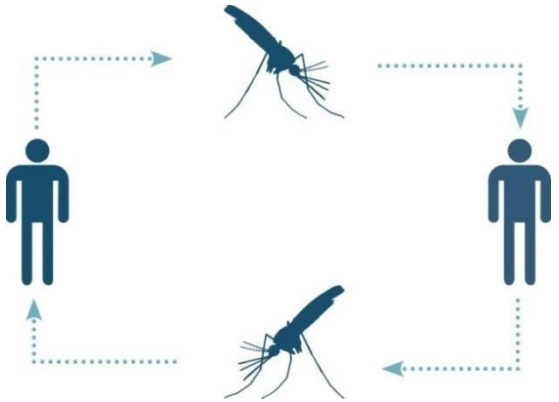
- **οι ηλικιωμένοι**
- **όσοι έχουν υποκείμενα προβλήματα υγείας, π.χ.:**

  - ανοσοκατασταλμένοι
  - νεφροπαθείς
  - καρκινοπαθείς
  - διαβητικοί
  - με καρδιαγγειακά νοσήματα
  - με χρόνια νευρολογικά προβλήματα, π.χ. άνοια
  - με χρόνια αναπνευστικά προβλήματα

Πως μεταδίδεται η ελονοσία;

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- **Κυρίως με τσίμπημα από μολυσμένο κουνούπι** (γένος Ανωφελές)



- Το κουνούπι μολύνεται από μολυνθέντα **άνθρωπο**
- **Δεν μεταδίδεται άμεσα από άτομο σε άτομο, μέσω συνήθους κοινωνικής επαφής**
- Πιο σπάνια με: - μετάγγιση αίματος
  - μεταμόσχευση οργάνων
  - χρήση μολυσμένης σύριγγας ή βελόνας
  - από τη μητέρα στο έμβρυο

Ελονοσία - κουνούπι Ανωφελές

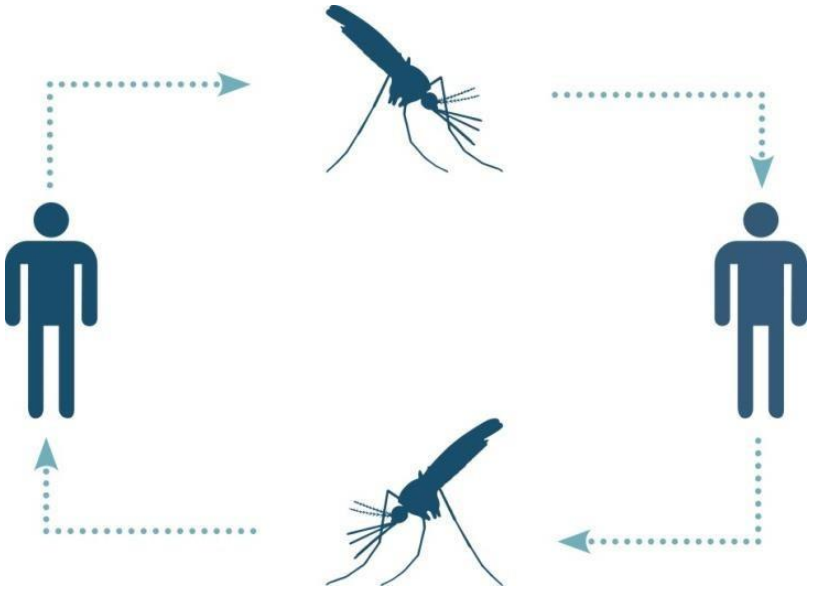
ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Συνήθως αποθέτει αυγά σε **καθαρό νερό** → σε **αγροτικές, περι-αστικές περιοχές**
- **Τσιμπάει από το σούρουπο έως το χάραμα**, καθ' όλη τη διάρκεια της νύχτας

Κουνούπι *Aedes albopictus* - «Ασιατικό κουνούπι τίγρης»

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Έχει εγκατασταθεί σε πολλές περιοχές στην Ελλάδα
- **Τσιμπάει κυρίως κατά τη διάρκεια της ημέρας**
- Μπορεί δυνητικά να μεταδώσει διάφορους ιούς (π.χ. Δάγκειο, Chikungunya, ίσως Zika), **εάν μολυνθεί** από μολυνθέντα άνθρωπο



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Όλοι πρέπει να λαμβάνουμε μέτρα:

- για να αποφεύγουμε τα τσιμπήματα των κουνουπιών
- για να μειώνουμε τα σημεία που αφήνουν τα αβγά τους γύρω μας (σπίτι, αυλή, χωράφι)

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Προστασία
από τα τσιμπήματα των κουνουπιών

καθόλη τη διάρκεια του 24ώρου,
ανάλογα με τις ώρες δραστηριότητας
των κουνουπιών της περιοχής

Μέτρα ατομικής προστασίας

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- **Κατάλληλα ρούχα** που καλύπτουν όσο γίνεται περισσότερο το σώμα:
  - μακριά μανίκια και παντελόνια
  - ανοιχτόχρωμα και φαρδιά ρούχα

- **Εντομοαπωθητικά** σε ακάλυπτο δέρμα & επάνω από τα ρούχα -
  - εγκεκριμένα στη χώρα
  - με αποτελεσματικές δραστικές ουσίες όπως:
    - **DEET**
    - **Πικαριδίνη/ικαριδίνη**
    - **IR3535**
    - **Citriodiol ή Eucalyptus citriodora oil, hydrated, cyclized (ec oil (h/c))**

Τι προσέχουμε
όταν χρησιμοποιούμε εντομοαπωθητικό σώματος;

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Προσοχή στις οδηγίες χρήσης!

- Όχι επάνω σε ερεθισμένο δέρμα, τραύματα, αμυχές
- Όχι στα μάτια και στο στόμα
- Όχι στο δέρμα κάτω από τα ρούχα
- Όχι στα χέρια (παλάμες) των παιδιών
- Μετά το αντιηλιακό
- Αν χρειασθεί, ξαναβάζουμε μετά από μερικές ώρες
- Έγκυες - θηλάζουσες - παιδιά: συμβουλή από τον ιατρό τους
- Ξέπλυμα εντομοαπωθητικού με νερό και σαπούνι καθημερινά

Μέτρα ατομικής προστασίας

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- **Κουνουπιέρα κατά τον ύπνο**
  - ιδίως σε **βρέφη**, παιδιά, ηλικιωμένους, έγκυες, πάσχοντες
  - σιγουρευτείτε ότι δεν έχει εγκλωβιστεί κουνούπι μέσα

- Συχνά **λουτρά** καθαριότητας για την απομάκρυνση του ιδρώτα

Μέτρα πρόληψης στο σπίτι

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Σήτες σε πόρτες, παράθυρα, φεγγίτες και αεραγωγούς τζακιού

Ανεμιστήρες (ιδίως οροφής) ή **κλιματιστικά**

Εντομοκτόνα - εντομοαπωθητικά χώρου
(εγκεκριμένα στη χώρα):
φιδάκια, ταμπλέτες ή υγρά (στην πρίζα), αεροζόλ κλπ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Μείωση των σημείων που τα κουνούπια αφήνουν τα αβγά τους

Εστίες απόθεσης αβγών κουνουπιών - παραδείγματα

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Αγροτικό σύστημα

Περιαστικό σύστημα

Αστικό σύστημα

Μέτρα πρόληψης στο σπίτι

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Πολλά από τα κουνούπια γεννιούνται και ζουν:
  - στο **μπαλκόνι**
  - στις **αυλές**
  - στα **χωράφια** μας

- Μπορούμε να μειώσουμε τον πληθυσμό των κουνουπιών:
  μειώνοντας τα σημεία εκείνα
  που αφήνουν τα αβγά τους

Μέτρα πρόληψης στο σπίτι

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Απομακρύνουμε τα στάσιμα νερά και από μικρές εστίες (π.χ. από λεκάνες, βάζα, κουβάδες, πιατάκια γλαστρών)

Αδειάζουμε στάσιμο νερό κάθε εβδομάδα

Σκεπάζουμε – καλύπτουμε τα αντικείμενα με στάσιμο νερο

Φυλάσσουμε δοχεία νερού (κουβάδες, καρότσια, βαρέλια) **γυρισμένα ανάποδα ή καλυμμένα**

Δεν αφήνουμε να συσσωρεύονται λύματα, νερά αποχέτευσης, απόβλητα

Μέτρα πρόληψης στο σπίτι

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Αντικαθιστούμε σπασμένους σωλήνες νερού που τρέχουν

Καλύπτουμε ή απομακρύνουμε παλιά λάστιχα που μαζεύουν νερό

Καθαρίζουμε τα φύλλα που μαζεύονται στις υδρορροές

Κουρεύουμε τακτικά το γρασίδι, τους θάμνους και τις φυλλωσιές (καταφύγια ενήλικων κουνουπιών)

Ποτίζουμε κατά προτίμηση το πρωί

Μέτρα πρόληψης στο σπίτι

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Καλύπτουμε με **σήτες** τους
αγωγούς εξαερισμού των βόθρων

Αν έχουμε πισίνα ή σιντριβάνι:
θέτουμε κάθε μέρα σε λειτουργία το **φίλτρο** καθαρισμού

Δίνουμε κλίση στον κήπο
για να απομακρύνονται τα νερά

Πώς μπορούμε να αποφύγουμε τα κουνούπια στο σπίτι;

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Με χρήση **κουνουπιέρας**
- Με χρήση **ανεμιστήρων, κλιματιστικών**
- Με αντικουνουπικά πλέγματα (**σήτες**) στα ανοίγματα

- Με **απομάκρυνση στάσιμου νερού**
- Με κούρεμα γρασιδιού, θάμνων, φυλλωσιών
- Με χρήση εγκεκριμένων **εντομοκτόνων/ εντομοαπωθητικών περιβάλλοντος** (φιδάκια, ταμπλέτες)

Μέτρα πρόληψης στην εργασία

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Καθαρίζουμε συχνά και ψεκάζουμε στάβλους ζώων και κοτέτσια

Ανανεώνουμε τακτικά το νερό σε ποτίστρες ζώων, γούρνες, στέρνες

Καλύπτουμε τις βάρκες ώστε να μην μαζεύουν νερό της βροχής

Μέτρα πρόληψης στην κοινότητα

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

- **Καθαρίζουμε τους αγωγούς** ομβρίων υδάτων και τα αρδευτικά κανάλια από ό,τι εμποδίζει την ελεύθερη ροή νερού

- **Καθαρίζουμε τα αγριόχορτα** και τη βλάστηση από επιφανειακά νερά (ρέματα, κανάλια)

- **Δεν κάνουμε αλόγιστη χρήση νερού**, κυρίως όταν δεν υπάρχουν κατάλληλοι αποχετευτικοί αγωγοί

- Στα νεκροταφεία → χρησιμοποιούμε τεχνητά (πλαστικά) άνθη (εναλλακτικά: άμμος ή βάση αφρολέξ ή ενυδατικό τζελ νερού στα βάζα) **όχι ανθοδοχεία με νερό, όχι «πιατάκια» στις γλάστρες**

→ **Προγράμματα καταπολέμησης κουνουπιών**

Φυλλάδια - Αφίσες ΕΟΔΥ

ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ