



ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ &  
ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ (ΚΕΕΛΠΝΟ)

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

# Μέτρα προστασίας από τα κουνούπια



Τμήμα Επιδημιολογικής Επιτήρησης & Παρέμβασης,  
Κέντρο Ελέγχου & Πρόληψης Νοσημάτων (ΚΕΕΛΠΝΟ)

**Τα κουνούπια μπορεί να μεταδώσουν με το τσίμπημά τους διάφορα νοσήματα (όπως ελονοσία, λοίμωξη από τον ιό του Δυτικού Νείλου):**

- αν είναι μολυσμένα**
- ανάλογα με το είδος τους**

# Πως μεταδίδεται η ελονοσία

- Κυρίως με τσίμπημα από θηλυκό μολυσμένο κουνούπι του γένους “Ανωφελές”



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

# Ελονοσία - κουνούπι Ανωφελές



- Συνήθως αποθέτει αυγά:
  - σε καθαρό νερό

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

# Πως μεταδίδεται η λοίμωξη από ιό του Δυτικού Νείλου;

- Κυρίως με τσίμπημα από θηλυκό μολυσμένο κουνούπι (συνήθως το “κοινό” κουνούπι του γένους *Culex*)
- Δεν μεταδίδεται άμεσα από άτομο σε άτομο
- Δεν μεταδίδεται μέσω συνήθους κοινωνικής επαφής
- Πιο σπάνια με:
  - μετάγγιση αίματος
  - μεταμόσχευση οργάνων
  - από τη μητέρα στο έμβρυο

# Λοίμωξη από ιό Δυτικού Νείλου - κουνούπι *Culex*



- Συνήθως αποθέτει αυγά:  
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:**

- **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

**Όλοι** πρέπει να λαμβάνουμε μέτρα:

- για να αποφεύγουμε τα τσιμπήματα των ΚΟΥΝΟΥΠΙΩΝ
- για να μειώνουμε τις εστίες που αποθέτουν τα αυγά τους γύρω μας (σπίτι, αυλή)



**Προστασία από τα τσιμπήματα των  
ΚΟΥΝΟΥΠΙΩΝ**

# Μέτρα ατομικής προστασίας

- **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:
  - DEET (περιεκτικότητα ανάλογα με την ηλικία και τις οδηγίες χρήσης)
  - Πικαριδίνη/ικαριδίνη
  - IR3535
  - Αιθέρια έλαια ευκαλύπτου

## Προσοχή στις οδηγίες χρήσης!

- Όχι επάνω σε ερεθισμένο δέρμα, τραύματα, αμυχές
- Όχι στα μάτια και στο στόμα
- Όχι στα χέρια των παιδιών
- Μετά το αντιηλιακό
- Έγκυες - θηλάζουσες - παιδιά: συμβουλή από το γιατρό τους
- Ξέπλυμα εντομοαπωθητικού με νερό και σαπούνι καθημερινά

# Μέτρα ατομικής προστασίας

## ➤ Κουνουπιέρα

- ιδίως σε βρέφη!

σιγουρευτείτε ότι δεν έχει εγκλωβιστεί κουνούπι στην κουνουπιέρα



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

# Μέτρα πρόληψης στο σπίτι

**Σήτες** σε πόρτες, παράθυρα, φεγγίτες και αεραγωγούς τζακιού



**Ανεμιστήρες (ιδίως οροφής) ή κλιματιστικά**

**Εντομοκτόνα** στον αέρα (φιδάκια, ταμπλέτες, αεροζόλ κλπ)

**Λαμπτήρες κίτρινου χρώματος για το φωτισμό εξωτερικών χώρων**



**Μείωση των εστιών όπου τα  
κουνούπια αποθέτουν τα αβγά τους**

# Εστίες απόθεσης αβγών κουνουπιών - παραδείγματα

Αγροτικό σύστημα



Περιαστικό  
σύστημα



Αστικό  
σύστημα



# Πρόληψη στο σπίτι

# Μέτρα πρόληψης στο σπίτι

- 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  
όπου αποθέτουν τα αυγά τους**



# Πιθανές εστίες απόθεσης αβγών κουνουπιών



Πηγή: Οικοανάπτυξη ΑΕ

# Μέτρα πρόληψης στο σπίτι

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



**Ποτίζουμε** κατά προτίμηση **το πρωί**

**Δεν αφήνουμε να συσσωρεύονται λύματα,** νερά αποχέτευσης, απόβλητα



**Απομακρύνουμε τα στάσιμα νερά** (π.χ. λεκάνες, βάζα, πιατάκια γλαστρών)



# Μέτρα πρόληψης στο σπίτι



**Αντικαθιστούμε σπασμένους σωλήνες νερού που τρέχουν**

**Φυλάσσουμε δοχεία νερού (κουβάδες, καρότσια, βαρέλια) που δεν χρησιμοποιούμε: γυρισμένα ανάποδα ή καλυμμένα**



**Καλύπτουμε ή απομακρύνουμε παλιά λάστιχα που συσσωρεύουν νερό**

**Καθαρίζουμε τα φύλλα που μαζεύονται στις υδρορροές**

# Μέτρα πρόληψης στο σπίτι



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



Αν έχουμε πισίνα ή σιντριβάνι:

θέτουμε κάθε μέρα σε λειτουργία το **φίλτρο καθαρισμού**,  
ώστε να απομακρύνουμε αυγά και προνύμφες κουνουπιών

Δίνουμε **κλίση στον κήπο**  
για να απομακρύνονται τα νερά



# Συνοπτικά - Πώς μπορούμε να αποφεύγουμε /περιορίσουμε τα κουνούπια στο σπίτι

- Με χρήση κουνουπιέρας



- Με χρήση ανεμιστήρων, κλιματιστικών

- Με αντικουνουπικά πλέγματα (σίτες) στα ανοίγματα



- Με απομάκρυνση στάσιμου νερού



- Με κούρεμα γρασιδιού, θάμνων, φυλλωσιών

- Με χρήση εντομοκτόνων στον αέρα (φιδάκια, ταμπλέτες)

- Με χρήση λαμπτήρων κίτρινου χρώματος



# Μέτρα πρόληψης στην εργασία



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

# Πρόληψη στην κοινότητα

# Μέτρα πρόληψης στην κοινότητα

- **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 συνθετικά άνθη **όχι ανθοδοχεία με νερό!**
- Προγράμματα καταπολέμησης κουνουπιών







## Για περισσότερες πληροφορίες

- [www.keelpno.gr](http://www.keelpno.gr)
- Τμήμα Επιδημιολογικής Επιτήρησης και Παρέμβασης του ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ. (τηλ. 210 8899 052) ή
- Κ.ΕΠΙΧ. ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ. (τηλ. 210-5212 054)

*Ακολουθείστε μας στο Twitter @keelpno\_gr*