

Laatst bijgewerkte versie (25/06/2018 – UM) zie: www.reisgeneeskunde.be

MUGGENWERENDE MAATREGELEN

Als u de volgende maatregelen correct uitvoert, is de kans op muggenbeten zeer laag:

- Draag kleding die armen, benen en voeten bedekt. Draag eventueel met insecticide (permethrine) geïmpregneerde kleding, bijvoorbeeld van Nosi Life® of Colombia Bug Shield®
- Smeer alle niet-bedekte lichaamsdelen in met een [insectenwerend middel](#), maar vermijd contact met de slijmvliezen (ogen, mond), wondjes of eczeem. Zorg dat u geen plekjes vergeet en was uw handen na gebruik. Was het product eventueel af als u in een muggenvrije ruimte bent (vooral nuttig voor zwangere vrouwen en jonge kinderen)
- Zorg voor muggenvrije kamers:
 - muggengaas voor ramen, verluchttingsgaten
 - insecticide spuitbus of elektrisch verwarmde plaatjes: ofwel in een goed afgesloten kamer terwijl u er niet in verblijft ofwel tijdens het verblijf met een goede ventilatie
 - airconditioning; een lage temperatuur in een afgesloten ruimte vermindert de kans op muggenbeten, maar werkt niet voldoende zodat de overige maatregelen even goed nodig zijn
- Slaap onder een muskietennet dat met insecticide (permethrine of deltamethrine) geïmpregneerd is. Hang het muskietennet boven het bed en stop de randen onder de matras in. Gebruik voor heel jonge kinderen speciale, stijve muskietennetten (iglomodel), deze zijn veiliger.