

## Myggestiksprofylakse

Mange infektioner overføres af myg (fx malaria og dengue feber).

Derfor kan man reducere risikoen for at blive smittet med en sådan infektion ved at beskytte sig mod myggestik med beklædning og brug af myggebalsam på bare hudområder.

WHO anbefaler at man som myggebalsam enten anvender

- Autan®, som indeholder icaridin, eller anvender
- 20-30% diethyltoluamid (DEET)-holdige præparater.

Disse produkter giver beskyttelse i omkring 4 timer, men kortere hvis man sveder meget eller bader.

I Danmark kan man kun købe Autan®, men DEET-holdige præparater kan købes i de fleste andre lande. Autan og DEET beskytter også mod bid af sandfluer og flåter.

Myggebalsam baseret på citronella-olie giver kun kortvarig beskyttelse, 20 minutter, og anbefales derfor ikke.

Overnatter man i et malariaområde kan man spraye soverummet med insektspray.

Hvis man sover udendørs eller i et rum uden air-konditionering eller uden myggenet for vinduerne, bør man sove under et permethrin imprægneret myggenet.