



Geef muggen geen kans!
Voorkom chikungunya, dengue en zika

Preventie is uw beste medicijn



***Geef muggen geen kans!
Voorkom chikungunya, dengue en zika***

Preventie is uw beste medicijn

Muggen zijn niet alleen lastig en vervelend; ze kunnen ook gevaarlijk zijn. De *Aedes aegypti* mug, ook wel gele koorts of Dengue-mug genoemd, verspreidt niet alleen dengue maar ook chikungunya en zika met flinke gezondheidsrisico's voor jong en oud.

Deze virussen grijpen wereldwijd om zich heen en zijn in het Caribisch gebied ook al bekend. Er zijn geen goede vaccinaties of medicijnen in de handel tegen chikungunya, dengue en zika. Preventie, het voorkomen dat de mug u steekt, is uw beste alternatief.

Vandaar deze brochure met een groot aantal preventietips om muggenbeten te voorkomen en muggenbroedplaatsen te verwijderen. Deze brochure is in nauwe samenwerking met het Ministerie van Gezondheid, Milieu en Natuur van Curaçao tot stand gekomen. Wij hopen dat u er veel aan heeft.

Wij wensen u veel lees- en preventieplezier!

Het ENNIA Team

VOORWOORD

DEEL I INFORMATIE OVER CHIKUNGUNYA, DENGUE EN ZIKA

1.1	Wat zijn muggengerelateerde infectie-ziekten?	5
1.2	Hoe vaak kun je deze ziekten krijgen?	5
1.3	Hoe worden deze ziekten verspreid?	6
1.4	Wat zijn de kenmerken van de <i>Aedes aegypti</i> mug?	7
1.5	Wat zijn de symptomen van chikungunya, dengue en zika?	8
1.6	Hoe lang duren deze symptomen?	9
1.7	Waar kunt u met vragen over deze ziekten terecht?	12

DEEL II PREVENTIETIPS OM MUGGENBETEN TE VOORKOMEN

2.1	Preventietips om muggenbeten te voorkomen.	13
2.2	Preventietips om muggenbroedplaatsen te verwijderen.	14
2.3	Preventietips in en om uw huis.	15
2.4	Preventietips voor zwangere vrouwen.	18
2.5	Preventietips voor op reis.	20
2.6	Preventietips voor verantwoord insecticide-gebruik.	23
2.7	Preventietips als u al chikungunya, dengue of zika heeft.	25

Deze voorlichtingsbrochure is in nauwe samenwerking met het Ministerie van Gezondheid, Milieu en Natuur van Curaçao tot stand gekomen. Het is vervolgens door alle relevante overheidsinstellingen van Aruba, Bonaire en Sint Maarten beoordeeld.

1.1 WAT ZIJN MUGGengerelateerde ziekten?

Chikungunya, dengue en zika zijn alle drie infectieziekten, die lijken op griep. Deze ziekten worden veroorzaakt door het chikungunya-virus, het Dengue-virus en het zika-virus. Deze virussen worden op hun beurt weer overgebracht door een muggenbeet van de *Aedes aegypti* mug, wanneer deze mug met 1 of meer van de bovenstaande virussen geïnfecteerd is.

1.2 HOE VAAK KUN JE DEZE ZIEKTEN KRIJGEN?

Chikungunya wordt veroorzaakt door het chikungunya-virus. Chikungunya kun je maar 1 keer krijgen.

Dengue wordt veroorzaakt door 4 verschillende virussen, afkomstig uit dezelfde virussen-familie. Dengue kun je daarom 4 keer krijgen.

Zika wordt veroorzaakt door het zika-virus. Zika kun je maar 1 keer krijgen.

1.3 HOE WORDEN DEZE ZIEKTEN VERSPREID?

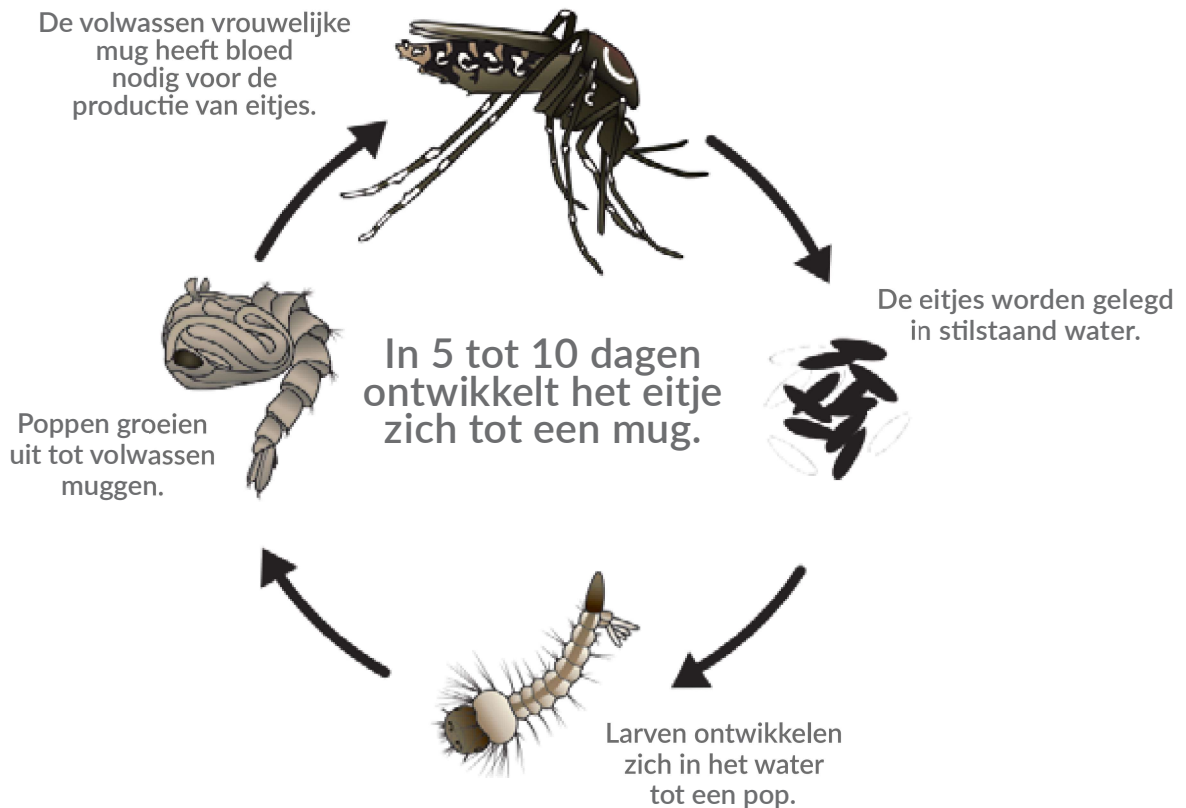
De chikungunya-, dengue- en zika-virussen worden verspreid door de *Aedes aegypti* mug, die al veel langer bekend is in het Caribisch gebied. Als een geïnfecteerde mug iemand steekt, kan het al deze ziekten verspreiden wanneer het muggenspeeksel met het virus bij de gestoken persoon achterblijft.



Wetenschappers hebben vastgesteld dat zika daarnaast ook door seks kan worden overgedragen door iemand die het zika-virus al heeft.

Er bestaat nog geen vaccin tegen chikungunya, dengue of zika, hoewel men hier wel aan werkt. Op dit moment moet u dus vooral zorgen dat de *Aedes aegypti* mug u niet steekt.

DE LEVENSCYCLUS VAN DE AEDUS AEGYPTI MUG



GEEN TIJGERMUGGEN IN DE DUTCH CARIBBEAN

Veel mensen denken dat chikungunya, dengue en zika overgedragen worden door de tijgermug. Dit is onjuist! De mug die deze infectieziekten op onze zes Caribische eilanden overbrengt, is de *Aedes aegypti* mug. Deze mug wordt ook wel Dengue-mug of Gele Koorts mug genoemd. Vooralsnog komt de *Aedes albopictus* (tijgermug) niet voor in de Dutch Caribbean.



1.4 WAT ZIJN DE KENMERKEN VAN DE AEDES AEGYPTI MUG?

in het algemeen:

- Hij verkeert graag onder mensen.
- Hij heeft zwart-witte strepen op zijn lijf en op zijn pootjes.
- Hij brengt verschillende infectieziekten over, zoals chikungunya, dengue, zika en de gele koorts..
- Hij leeft ongeveer 6 weken.
- Hij blijft niet alleen in de omgeving van zijn geboorteplaats.
- Hij kan ook op andere plekken terecht komen, als hij meewaait met de wind of meerijdt in de auto.



De vrouwelijke *Aedes aegypti* mug in het bijzonder:

- Zij heeft bloed nodig om eitjes te produceren.
- Zij prikt bij voorkeur mensen.
- Zij kan ook huisdieren prikken.
- Zij prikt meerdere keren om voldoende bloed te verzamelen.
- Zij prikt de hele dag door en rust bij voorkeur binnenshuis.
- Zij is het meest actief bij zonsopgang en zonsondergang.
- Zij broedt in stilstaand water.
- Zij legt haar eitjes graag in voorwerpen waar water in zit of in kan komen, zoals autobanden, autowrakken, drinkbakken voor dieren, tonnen, emmers, rond-slingerende cups, blikjes, foam-bakjes en flessen.
- Zij legt in haar leven 4 tot 5 keer eitjes en ongeveer 200 eitjes in totaal.
- Haar eitjes kunnen tot wel een jaar overleven aan randen van voorwerpen.
- Haar eitjes broeden uit wanneer er water bij komt, bijvoorbeeld als het regent.

1.5 WAT ZIJN DE SYMPTOMEN VAN CHIKUNGUNYA, DENGUE EN ZIKA?

De infectieziekten chikungunya, dengue en zika veroorzaken griepachtige symptomen die deels met elkaar overeenkomen en deels van elkaar verschillen. In onderstaande tabel sommen wij deze symptomen voor u op.

SYMPTOMEN	CHIKUNGUNYA	DENGUE	ZIKA
Koorts	●	●	●
Hoofdpijn	●	●	●
Gewrichtspijn	●	●	●
Huiduitslag	●	●	●
Algehele malaise/zwakte	●	●	●
Misselijkheid en braken	●	●	●
Pijn achter de ogen		●	●
Geïrriteerde (rode) ogen	●		●
Pijn in de botten		●	
Bloedingen in neus, tandvlees, ontlasting, braaksel en bloeduitstortinkjes onder de huid		●	
Artritis (pijnlijke gezwollen gewrichten die warm aanvoelen)	●		
Pijnlijke, opgezwollen polsen, enkels, voetzolen	●		
Gezwollen benen, inclusief bovenbeen, knie, voet			●

1.6 HOE LANG DUREN DE SYMPTOMEN?



PIJNLIJKE GEWRICHTEN



HOGE KOORTS



MISSELIJKHEID EN
OVERGEVEN

HET CHIKUNGUNYA-VIRUS

De symptomen van het chikungunya-virus beginnen zich 4 tot 7 dagen te vertonen, nadat het virus uw lichaam binnengedrongen is. De symptomen kunnen vervolgens 3 tot 10 dagen aanhouden.

De meest opvallende kenmerken van chikungunya zijn plotselinge hoge koorts, zeer pijnlijke gewrichten, misselijkheid en overgeven.

Hoewel het nauwelijks voorkomt, kan chikungunya complicaties veroorzaken in de ogen, het hart, de bloedsomloop, het zenuwstelsel, de huid en de nieren.

RISICOGROEPEN

Vijfenzestigplussers, mensen met een lage weerstand door ziekte, medicijngebruik of een medische behandeling zijn extra vatbaar.

Dat geldt ook voor mensen met een chronische aandoening zoals hoge bloeddruk, suikerziekte, hartkwalen, astma of sikkelse ziekte. Zij lopen ook een verhoogd risico.

KOUDE RILLINGEN

HET DENGUE-VIRUS

De symptomen van het dengue-virus beginnen zich ook 4 tot 7 dagen te vertonen, nadat het virus uw lichaam binnengedrongen is.

De symptomen kunnen vervolgens 3 tot 10 dagen aanhouden.

De meest opvallende kenmerken van dengue zijn hoge koorts, koude rillingen, hevige hoofdpijn en pijn in uw gewrichten, spieren en botten.

Mensen met dengue kunnen zich behoorlijk ziek voelen. De meeste mensen herstellen zich gelukkig zonder complicaties.

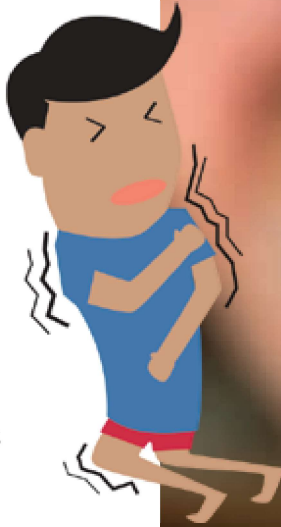
Bij 5% van alle dengue-patiënten kan een vorm van dengue ontstaan waarbij het leven van de patiënt gevaar loopt en ziekenhuisopname noodzakelijk is.

RISICOGROEPEN

Dengue kan bij kinderen, zwangeren en ouderen complicaties veroorzaken.

Mensen met bestaande aandoeningen zoals suikerziekte, astma, sikkelziekte en verlaagde weerstand hebben ook een grotere kans op complicaties.

HEVIGE HOOFDPIJN



HET ZIKA-VIRUS

De symptomen van het zika-virus, beginnen zich 3 tot 12 dagen te vertonen, nadat het virus uw lichaam binnengedrongen is. De symptomen kunnen 2 tot 7 dagen aanhouden.

De meest opvallende klachten van zika zijn huiduitslag, rode ogen zonder etter, hoofdpijn, koorts en gewrichtspijn. Gelukkig merkt 80% van de mensen die zika hebben, dit niet eens, omdat de klachten zo mild zijn.

ZIKA EN ZWANGERSCHAP

Uit onderzoek lijkt er een relatie te bestaan tussen de zika-infectie bij zwangere vrouwen en miskramen, vroegtijdig overlijden van baby's na de geboorte en microcefalie bij het ongeboren kind.

Meer onderzoek is nodig om dit met zekerheid te kunnen vaststellen. Wel staat vast dat het zika-virus zowel in de placenta van de moeder als in het zenuwstelsel van het ongeboren kind kan doordringen.

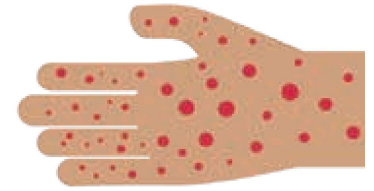
ZIKA EN VERLAMMING

Ook zijn er aanwijzingen dat zika het Guillain-Barré Syndrome (GBS) kan veroorzaken

dat met verlamningsverschijnselen gepaard gaat.

Deze verlamming kan na een zika-infectie optreden en is meestal van tijdelijke aard. Sommige patiënten herstellen volledig en sommige patiënten herstellen gedeeltelijk van deze verlamming.

Heel soms kan GBS dodelijk zijn. GBS komt ook voor in het Caribisch gebied. Wetenschappers denken dat wij door de komst van zika naar onze regio ook meer gevallen van GBS kunnen verwachten dan gebruikelijk is.



HUIDUITSLAG



MICROCEFALIE BIJ HET ONGEBOREN KIND

1.7 WAAR KUNT U MET UW VRAGEN OVER CHIKUNGUNYA, DENGUE EN ZIKA TERECHT?

U heeft recht op goede informatie!

ACTUELE EN BETROUWBARE INFORMATIE OVER MUGGENERELATEERDE INFECTIE-ZIEKTEN

Als inwoner van de Dutch Caribbean kunt u bij verschillende overheidsdiensten terecht. Deze instanties verstrekken actuele en betrouwbare informatie over chikungunya, dengue en zika. Zij kunnen ook inspecteurs langs sturen wanneer u veel last heeft van muggen en/of muggenbroedplaatsen vermoedt, die u zelf niet kunt vinden.

INFORMATIE OVER GEZONDHEIDSRISICO'S

Daarnaast is uw eigen huisarts of gynaecoloog ook een belangrijke bron van informatie als het om de gezondheidsrisico's van chikungunya, dengue en zika gaat. Wanneer u zwanger bent of zwanger wilt raken, raden wij u aan om direct contact op te nemen met uw huisarts en/of gynaecoloog om zo min mogelijk risico's te lopen voor uw unborn kind.

Kijk op de achterzijde van dit boekje voor een handig overzicht van hulplijnen en informatiepunten op Aruba, Bonaire, Curaçao en Sint Maarten.

2.1 Preventietips om muggenbeten te voorkomen

Laat u niet steken!

DRAAG DE JUISTE KLEDING

- Draag bij zonsopgang en zonsondergang kleding die uw lichaam zoveel mogelijk bedekt, want dan zijn *Aedes aegypti* muggen het meest actief.
- Draag kleding met lange mouwen en lange broekspijpen, waar muggen niet gemakkelijk doorheen kunnen steken.
- Draag bij voorkeur lichtgekleurde kleding omdat donkere kleding muggen aantrekt.

GEBRUIK HORREN EN KLAMBOES

- Slaap zowel in de middag en avond onder een muggennet (klamboe) om niet gestoken te worden door muggen.
- Gebruik altijd klamboes bij baby's jonger dan 2 maanden die nog niet ingesmeerd mogen worden met muggenwerende middelen.
- Plaats horren voor ramen en deuren om muggen tegen te houden en sluit ramen en deuren zonder horren goed af.

KIES EFFECTIEVE MUGGENWERENDE MIDDELEN

- Gebruik muggenwerende middelen om uw gezin te beschermen tegen muggenbeten.
- Kies een middel dat DEET, Picaridin, Oil of Lemon Eucalyptus of IR3535 bevat.
- Gebruik middelen met 20-25% DEET, die u minstens 6 tot 8 uur beschermen.
- Smeer uzelf opnieuw in wanneer het muggenwerend middel niet meer effectief is.

2.2 Preventietips om muggenbroedplaatsen te verwijderen

Geef eitjes geen kans!

Chikungunya, dengue en zika worden overgedragen door de *Aedes aegypti* mug. Het is belangrijk om het aantal muggen zoveel mogelijk te beperken door te zorgen dat er zo min mogelijk eitjes worden uitgebroed. De vrouwelijke *Aedes aegypti* mug legt haar eitjes het liefst in schoon, stilstaand water en bij gebrek aan schoon water ook in vuil water. Het is dus van groot belang dat u alle mogelijke voorwerpen en waterplassen in en om uw huis verwijdert of goed afdekt zodat er geen water in blijft staan.

ELIMINEER MUGGENBROEDPLAATSEN WEKELIJKS

- Verwijder alle voorwerpen in en om uw huis, die water kunnen opvangen.
- Berg ze op, dek ze af of gooi ze weg in een kliko.
- Verwijder met een schuursponsje alle muggeneitjes van de randen van voorwerpen, die u niet kunt afdekken of opbergen. U herkent deze eitjes als zwarte puntjes.
- Ververs regelmatig water in potten of vazen.
- Plaats stekjes en waterplantjes, waar mogelijk, in aarde of (zee)zand en zorg ervoor dat het water niet boven het zandniveau uitkomt als u ze water geeft.

“Aedes aegypti muggen leggen hun eitjes graag in open flessen, cups, foambakjes, verfblikken, vijvers, zwembaden, rondslingerend speelgoed, autobanden, koelkasten, wasmachines, autowrakken en boten die in uw tuin staan.”

Zelfs als voorwerpen in uw huis of tuin geen water bevatten, kunnen de muggeneitjes aan de randen blijven vastzitten. Ze blijven intact en kunnen uitbroeden wanneer zij weer in contact komen met water. Dit kan zelfs nog tot een jaar, nadat de eitjes zijn gelegd.

2.3 Preventietips in en om uw huis

Zorg dat water nergens blijft staan!

1. VAZEN, POTTEN EN SCHOTELS ONDER POTPLANTEN

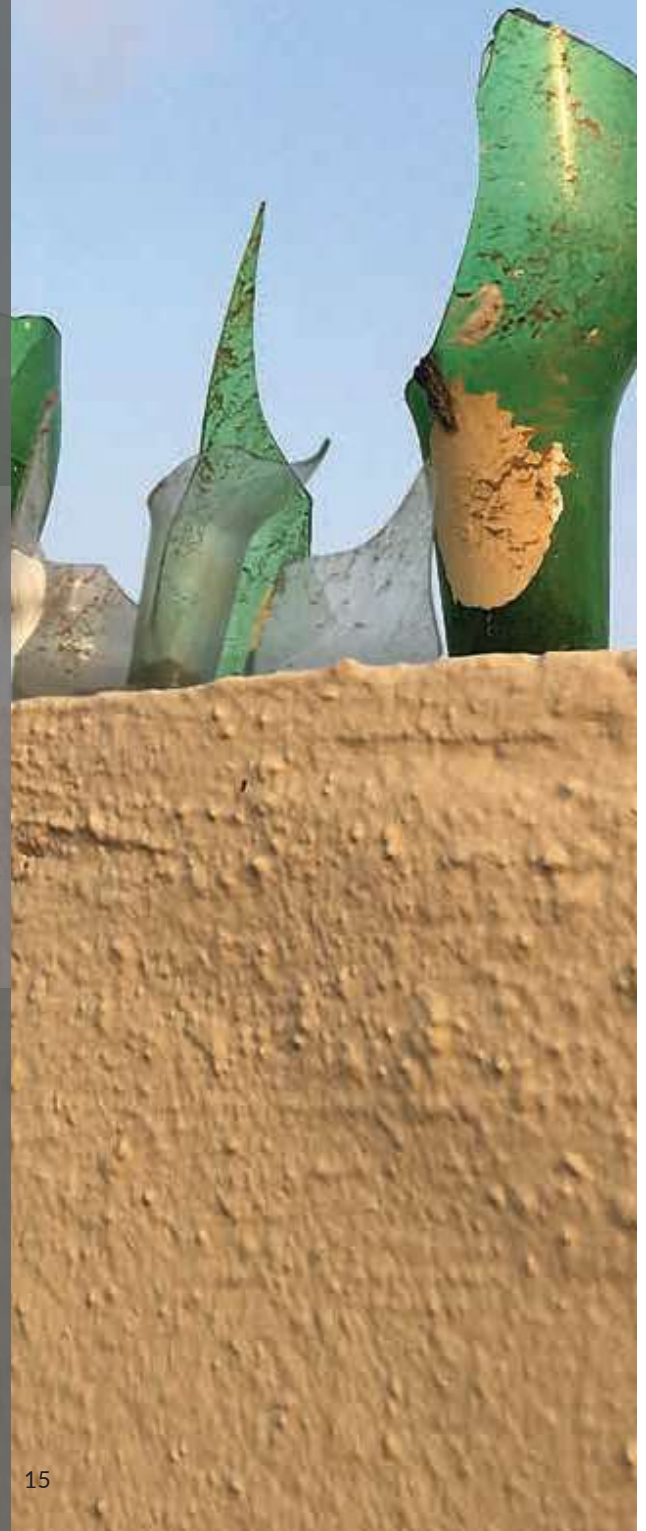
- Maak vazen minstens één keer per week schoon om muggeneitjes te verwijderen.
- Zorg dat water in opvangschotels onder potplanten niet te lang blijft staan.
- Zorg dat grote sierpotten in de tuin opgevuld worden met aarde of aan de onderkant gaatjes hebben zodat water altijd weg kan vloeien.

2. OUDE AUTO'S EN AUTOBANDEN IN UW TUIN

- Verwijder autowrakken uit uw tuin, zodat er geen regenwater in blijft staan.
- Berg autobanden op onder een afdak, zodat er geen regenwater in komt.
- Dek autobanden goed af, zodat ze in geen geval water opvangen.

3. FLESSEN, BLIKJES EN ANDER ZWERFVUIL IN EN OM UW HUIS

- Laat flessen met water nooit openstaan.
- Gooi lege flessen in de vuilnisbak of glasbak.
- Ruim zwerfvuil zoals plastic zakken, plastic cups, aluminium blikjes, bierflesjes en foambakjes rond uw huis en in uw buurt op, zodat hier geen water in blijft staan.





4. DAKGOTEN EN REGENTONNEN

- Maak dakgoten regelmatig schoon en zorg dat het water altijd goed wegloopt.
- Maak regentonnen en waterbakken regelmatig schoon.
- Dek regentonnen af met stof of gaas, want muggen kunnen in een kleine openingskier binnendringen en daar hun eitjes leggen.

5. VOER- EN WATERBAKJES VAN HUISDIEREN

- Maak waterbakken van huisdieren minstens één keer per week grondig schoon met een schuursponsje om eventuele eitjes te verwijderen.
- Ververs het water in de waterbakken van uw huisdieren minstens één keer per dag.
- Verwijder ongebruikte voer- en waterbakken in en om uw huis.

6. HOLLE TUINHEKSPIJLEN EN (SIER) BETONBLOKKEN IN UW TUIN

- Vul de holle spijlen van tuinhekken op met (zee)zand.
- Zorg dat holtes van sier- en betonblokken met aarde of cement worden opgevuld.
- Vul kapotte flessen, die op muren zijn bevestigd, met zand of cement.

Vervolg Preventietips in en om uw huis

7. OUDE APPARATEN EN BOUWMATERIALEN IN UW TUIN

- Verwijder oude wasmachines en koelkasten, die u niet meer gebruikt.
- Laat deze apparaten ophalen door de grofvuil-ophaaldienst.
- Zorg dat de apparaten, die u nog wel actief gebruikt, goed afgedekt zijn.
- Zorg dat bouwmaterialen en verfblikken goed afgedekt zijn.

8. WATERPLASSEN EN VIJVERS IN UW TUIN

- Veeg kleine waterplassen in en om uw huis goed op zodat er geen water blijft staan.
- Vul grotere waterplassen met zand als deze meerdere dagen blijven staan.
- Zet kleine visjes, zoals guppies en goudvisjes in uw vijver uit, omdat zij graag muggenlarven eten.

9. GEBRUIKTE EN ONGEBRUIKTE ZWEMBADEN IN UW TUIN EN BUURT

- Zorg dat er altijd genoeg chloor in uw zwembad zit.
- Laat ongebruikte zwembaden leeglopen en dek ze goed af zodat er geen (regen) water bij kan.
- Vraag advies van uw Muggen-informatiepunt wanneer er in uw buurt onbeheerde zwembaden zijn met stilstaand water, terwijl de bewoners/eigenaren langdurig in het buitenland verblijven.

10. ZANDBAKKEN, OPBLAASBARE KINDERBADJES EN SPEELGOED IN UW TUIN

- Dek zandbakken na gebruik goed af.
- Dek opblaasbare kinderbadjes goed af of leeg het water als u ze niet gebruikt.
- Laat speelgoed niet achter in de tuin waardoor er misschien water bij komt.

2.4 Preventietips voor zwangere vrouwen

Bescherm uw ongeboren kind!

VOORKOM MUGGENBETEN TIJDENS UW HELE ZWANGERSCHAP

Het zika-virus brengt risico's mee voor uw ongeboren kind. Bescherm uzelf daarom zo goed mogelijk en zorg ervoor dat u absoluut niet wordt geprikt door de mug.

VRIJ VEILIG TIJDENS UW HELE ZWANGERSCHAP

Het zika-virus wordt ook via seks overgedragen. Vrij daarom tijdens uw hele zwangerschap veilig en gebruik altijd condooms. Van de personen die geïnfecteerd raken met zika, merkt 80% hier niets van. Mannen kunnen het zika-virus, zonder het te weten, via seks (sperma) doorgeven aan een (zwangere) vrouw.

NEEM DIRECT CONTACT OP MET UW HUISARTS ALS U ZIKA VERMOEDT

Als u tijdens uw zwangerschap last krijgt van huiduitslag, rode ogen of pijnlijke gewrichten met of zonder koorts, moet u zo snel mogelijk contact opnemen met uw huisarts. Geef daarbij door welke mogelijke zika-symptomen u heeft en dat u daarnaast ook zwanger bent.

Vervolg Preventietips in en om uw huis

11. BEERPUTTEN EN SEPTIC TANKS

- Zorg dat uw beerput en/of septic tank hermetisch afgesloten zijn, zodat muggen niet door een smalle kier naar binnen vliegen.
- Besef dat de eitjes van de *Aedes aegypti* mug ook in een septic tank uit kunnen komen omdat deze putten voor een deel schoon water bevatten.
- Besef dat andere gevaarlijk muggen zoals de Culex mug zelfs eitjes leggen in het vieze water van een beerput.
- Dek daarom de ventilatiepijp van uw beerput en uw septic tank altijd goed af met een muskietennet.

12. BETONNEN WATERBAKKEN OP HET LAND

- Vul uw regenbak met guppy's en goudvisjes in plaats van larvicide.
- Zorg vervolgens dat er altijd voldoende guppy's zijn.
- Informeer bij het Muggen-contactadres van uw overheid wat verstandig is als u toch larvicide wil gebruiken.

13. OUDE EN NIEUWE BOTEN IN UW TUIN

- Zet boten die u niet regelmatig gebruikt op hun kop in de tuin.
- Dek uw boot, kajak of waterscooter goed af zodat er geen regenwater in blijft staan.
- Verwijder oude boten die u niet meer gebruikt uit uw tuin.

14. TOILETTEN, DIE WEINIG GEBRUIKT WORDEN

- Spoel toiletputten, die u niet regelmatig gebruikt minimaal eenmaal per week door.
- Zorg dat de tank of het waterreservoir van de toiletpot altijd goed is afgedekt.
- Doe wekelijks een scheut chloor of toiletreiniger in het toilet.

2.5 Preventietips voor op reis

Bescherm uzelf en uw familie als u in het buitenland bent!

Als u met of zonder uw gezin naar het buitenland reist, kan het zijn dat daar veel muggengerelateerde infectieziekten voorkomen zoals chikungunya, dengue, zika en malaria. Check dit altijd met uw huisarts af. Vraag welke preventieve medicatie en andere preventieve maatregelen u tijdens uw reis het beste kunt nemen om deze ziekten te voorkomen.

HOUDT MUGGEN UIT UW HOTELKAMER OF APPARTEMENT

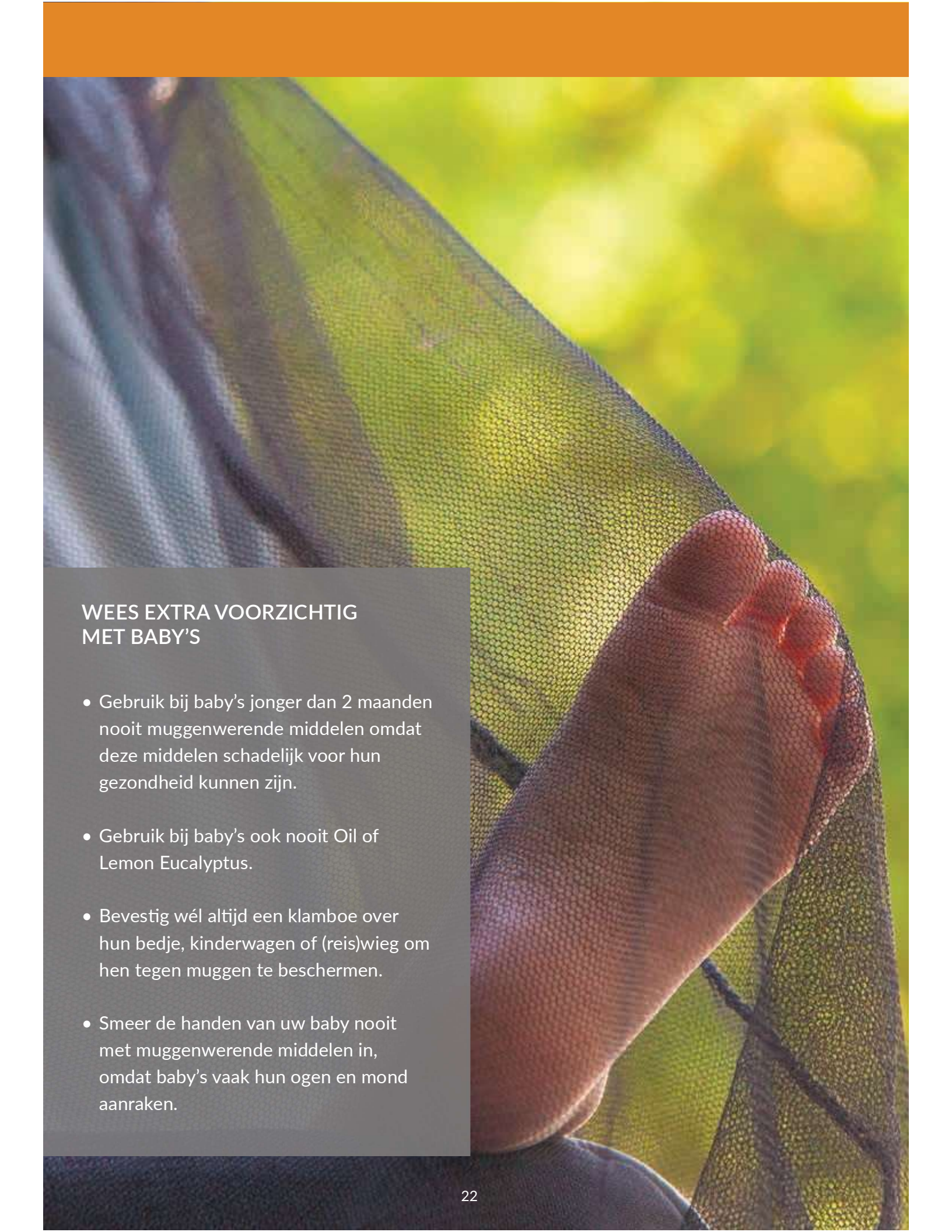
- Kies een hotel of andere verblijfspot met airconditioning.
- Kies een hotel of andere verblijfspot met horren voor de ramen en deuren.
- Koop online, of bij een outdoor-winkel van tevoren een geïmpregneerde klamboe, waar al muggenwerende middelen op zijn aangebracht.
- Was deze klamboe niet en stel deze klamboe ook niet bloot aan zonlicht, omdat dit de muggenwerende middelen afbreekt.

BEDEK UZELF EN UW JONGE KINDEREN IN DE BUITENLUCHT

- Draag in de buitenlucht lichtgekleurde kleding met lange mouwen en lange pijpen en zorg dat uw kleding niet zo dun is, dat muggen er doorheen kunnen prikken.
- Gebruik weinig parfum, deodorant of geurige zeep, aangezien dit muggen aantrekt.
- Neem uw eigen muggenspray mee, wanneer u niet zeker weet of de middelen in het buitenland veilig zijn.
- Breng op uw huid altijd eerst zonnebrandmiddelen aan en pas daarna muggenspray.

BESCHERM UW KINDEREN GOED

- Lees zorgvuldig de instructies door voordat uw muggenspray aanbrengt op kinderen en check altijd of u dit product überhaupt wel op kinderen mag gebruiken.
- Kleed kinderen altijd in armen- en benenbedekkende kleding, waar muggen niet doorheen kunnen steken.
- Breng nooit muggenspray aan op de handen en mond van uw kind.
- Breng nooit muggenspray aan op geïrriteerde of beschadigde huid van uw kind.
- Breng altijd eerst de muggenspray aan op uw eigen handen en smeer hiermee uw kinderen in.
- Gebruik bij kinderen onder de 3 jaar nooit Oil of Lemon Eucalyptus.



WEES EXTRA VOORZICHTIG MET BABY'S

- Gebruik bij baby's jonger dan 2 maanden nooit muggenwerende middelen omdat deze middelen schadelijk voor hun gezondheid kunnen zijn.
- Gebruik bij baby's ook nooit Oil of Lemon Eucalyptus.
- Bevestig wél altijd een klamboe over hun bedje, kinderwagen of (reis)wieg om hen tegen muggen te beschermen.
- Smeer de handen van uw baby nooit met muggenwerende middelen in, omdat baby's vaak hun ogen en mond aanraken.

2.6 Preventietips voor verantwoord insecticide-gebruik

Bescherm de natuur!

Om chikungunya, dengue en zika te voorkomen worden insecticiden gebruikt om volgroeide muggen te bestrijden. Daarnaast worden larviciden gebruikt om larven en eitjes te bestrijden. Onjuist gebruik van insecticide kan muggen resistent maken. De eitjes worden bestreden door ze met een spons of borstel te verwijderen bij het schoonmaken van de container.

Het gebruik van grote hoeveelheden insecticide is bovendien schadelijk voor de natuur. Hiermee worden ook andere insecten zoals bijen, vlinders, torretjes en libellen vernietigd, terwijl zij juist belangrijk zijn voor ons ecologisch systeem.

VERANTWOORD GEBRUIK VAN LARVICIDE

- Kies voor een duurzame en milieuvriendelijke oplossing om muggenbroedplaatsen te verwijderen op plekken, waar er water wordt opgevangen of bewaard.
- Dek dit water zorgvuldig af met gaas of stof of gebruik guppy's.
- Wanneer bovenstaande manieren geen oplossing bieden, kunt u larvicide toevoegen aan dit water om muggenlarven te doden voordat zij zich ontwikkelen tot een volgroeide mug.

VERANTWOORDE MUGGENBESTRIJDING ZONDER INSECTICIDE

- Gebruik een elektrisch racket waarmee u muggen elimineert door hun lichte stroomstootjes te geven.
- Zoek met het elektrisch racket muggen in hun schuilplaats op.
- Zoek ook goed onder meubels, in donkere hoeken, aan het plafond en op kasten naar muggen.



VERANTWOORD GEBRUIK VAN INSECTICIDE MET SPUITBUSSEN

- Zorg dat er geen mensen of dieren in de buurt zijn wanneer u zelf insecticide spuit.
- Sluit ramen en deuren goed af voordat u begint.
- Vergeet niet op plekken te spuiten waar u niet regelmatig komt.
- Kijk goed onder het bed en op de kasten.
- Houd de gespoten ruimte voor 30 minuten dicht.
- Laat het even doorwaaien voordat u de ruimte weer gebruikt.

VERANTWOORDE MAATREGELEN WANNEER DE OVERHEID UW BUURT MET SPUITWAGENS BEZOEKT

- Tref goede voorzorgsmaatregelen wanneer de spuitwagens langkomen in uw wijk.
- Dek openstaande etenswaren en gebruiksvoorwerpen zoals borden en kopjes goed af.
- Houd ramen en deuren open, zodat de insecticide in alle ruimten binnendringt.
- Sluit deze pas een uur nadat de spuitwagens zijn langs geweest.

VERANTWOORDE BESCHERMING VAN UW HUISDIEREN TEGEN INSECTICIDE

- Bescherm huisdieren zoals vissen en schildpadden omdat zij gevoelig zijn voor insecticide, wanneer dit in contact komt met water.
- Dek hun voer- en waterbakjes goed af wanneer er gespoten wordt.
- Was deze bakjes goed af wanneer de spuitwagen eenmaal is langs geweest.

2.7 Preventietips als u het chikungunya, dengue of zika virus al hebt

Zorg dat u anderen niet besmet!

ZORG DAT U HET CHIKUNGUNYA, DENGUE OF ZIKA VIRUS NIET VERDER VERSPREIDT

Als u geïnfecteerd bent met chikungunya, dengue of zika moet u nog steeds zorgen dat u niet gestoken wordt. Wanneer een *Aedes aegypti* mug u steekt, neemt deze mug het virus namelijk samen met uw bloed mee en geeft zij het virus door aan een volgend slachtoffer. Zo worden deze virussen ongewild verder verspreid naar gezinsleden en andere mensen in uw buurt.

Deze brochure over muggengerelateerde infectieziekten zoals chikungunya, dengue en zika is in nauwe samenwerking met het Ministerie van Gezondheid, Milieu en Natuur van Curaçao tot stand gekomen. Het is vervolgens door alle relevante overheidsinstellingen van Aruba, Bonaire en Sint Maarten beoordeeld.

MUGGEN-INFORMATIEPUNT ARUBA

Directie Volksgezondheid / Department of Public Health

Caya Ing. Roland H. Lacle 4, Oranjestad, Aruba
T: (+297) 522 4200 / 597 5000

GKMB (Gele Koorts en Muskieten Bestrijding)

Barcadera 1-D, Santa Cruz, Aruba
T: (+297) 585 3325

MUGGEN-INFORMATIEPUNT BONAIRE

Afdeling Publieke Gezondheidszorg

Directie Samenleving & Zorg,
Openbaar Lichaam Bonaire,
Kaya Neerlandia 41, Bonaire
T: (+599) 717 2211

MUGGEN-INFORMATIEPUNT CURAÇAO

Ministerie van Gezondheid, Milieu en Natuur (GMN)

Sector Gezondheid, Epidemiologie en Onderzoek
en Technisch Hygienische Zorg
Piscaderaweg 49, Curaçao
T: (+5999) 432 2850 / 432 2851
M: 9345

Gratis Hulplijn GMN Ministerie
T: 0800 0888

MUGGEN-INFORMATIEPUNT SINT MAARTEN

Ministerie van Volksgezondheid, Sociale Ontwikkeling en Arbeid

Vineyard Office Park 3
W.G. Buncamper Road 33
Pondfill, Sint Maarten
T: (+1721) 542 2078 / 542 3553 / 542 3003

Gratis Hulplijn T: 550 2255 (550-call)