



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΔΗΜΟΣ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ

ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ

ΕΠΟΠΤΡΙΑ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

Δ/ση: Φιλίππου Λίτσα 29 & Αγίου Γεωργίου,

Τ.Κ.:15234, Χαλάνδρι

Χαλάνδρι, 10/07/2026

Α.Α.: 248

## ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΟ ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΕΝΤΥΠΟ

### ΘΕΜΑ: ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΑΠΟ ΤΟΝ ΙΟ ΤΟΥ ΔΥΤΙΚΟΥ ΝΕΙΛΟΥ

Δυστυχώς, σύμφωνα με δελτίο τύπου του Ε.Ο.Δ.Υ. πρόσφατα εντοπίστηκε το πρώτο κρούσμα του ιού του Δυτικού Νείλου για τον Ελλαδικό χώρο, με τον άτυχο συνάνθρωπο μας, από την Αγία Παρασκευή Αττικής, να νοσηλεύεται με μηνιγγοεγκεφαλίτιδα.

Είναι επόμενο λόγω των υψηλών θερμοκρασιών τώρα το καλοκαίρι, ο αριθμός των κουνουπιών να αυξάνεται ραγδαία, οπότε και οι πιθανότητες μετάδοσης νόσων μέσω τσιμπημάτων παρουσιάζουν αύξηση.

### **ΓΙΑΤΙ ΤΑ ΚΟΥΝΟΥΠΙΑ ΑΥΞΑΝΟΝΤΑΙ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ:**

#### Η αύξηση του αριθμού των κουνουπιών είναι ανάλογη:

- ✓ με την αυξημένη θερμοκρασία του περιβάλλοντος,
- ✓ την κλιματική αλλαγή, και
- ✓ την ύπαρξη στάσιμων νερών, που προέρχονται από:
  - Το συχνότερο πότισμα, και
  - Τις βροχοπτώσεις της άνοιξης.

Όταν κατά την διάρκεια του έτους παρατηρούνται πλέον παρατεταμένες περιόδους έντονης ζέστης, λόγω της **κλιματικής αλλαγής**, είναι επόμενο τα κουνούπια να δραστηριοποιούνται περισσότερους μήνες του έτους από ότι παλιότερα.

Σε περιοχές όπου υπάρχουν δροσερά καταφύγια κουνουπιών, πυκνή βλάστηση δηλαδή, όπως:

- Τα άκοπα γρασίδια και
- Οι μη κλαδεμένοι θάμνοι κ.α.

τα κουνούπια εκεί προστατεύονται τις πιο θερμές ώρες και όταν η θερμοκρασία πέφτει, να ξεκινούν την δραστηριότητα τους.

Παράλληλα, η **υγρασία** είναι βασικό στοιχείο για την αναπαραγωγή και εναπόθεση των αυγών των κουνουπιών.

Αυτό σημαίνει ότι **ύπαρξη στάσιμων νερών** σε:

- ✓ γλάστρες,
- ✓ πιατάκια γλαστρών,
- ✓ κουβάδες,
- ✓ υδρορροές,
- ✓ πεταμένα λάστιχα αυτοκινήτων,
- ✓ αντικείμενα σε αυλές και μπαλκόνια,

αποτελεί εστία πολλαπλασιασμού κουνουπιών, καθώς είναι άκρως κατάλληλη για να γεννήσουν και να εναποθέσουν εκεί τα αυγά τους τα κουνούπια.

**Οπότε είναι απαραίτητο να περιορίσουμε τα στάσιμα νερά από τους ιδιωτικούς μας χώρους με στόχο την προστασία του οργανισμού μας από κάθε μεταδιδόμενη από κουνούπια νόσο, όπως:**

- **Ιό του Δυτικού Νείλου**
- **Δάγκειο πυρετό**
- **Ιαπωνική εγκεφαλίτιδα**
- **Ελονοσία (Μαλάρια),**
- **Ιό Τσικουνγκούνια (Chikungunya),**
- **Κίτρινο πυρετό κ.α.**

**Ο πιο άνω λοιμώξεις, δύναται να επιφέρουν στον ανθρώπινο οργανισμό:**

- από ήπια συμπτώματα, έως και
- σοβαρές εγκεφαλίτιδες ή
- αιμορραγικούς πυρετούς,
- μέχρι και θάνατο.

Πιο συγκεκριμένα ο ιός του Δυτικού Νείλου:

### **Ο ΙΟΣ ΤΟΥ ΔΥΤΙΚΟΥ ΝΕΙΛΟΥ:**

- ✓ Μεταδίδεται μόνο μέσω τσίμπηματος από το κοινό κουνούπι σε ανθρώπους και άλογα.
- ✓ Δεν μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο.
- ✓ Το κοινό κουνούπι θα πρέπει να είναι μολυσμένο από τον ιό.
- ✓ Η μόλυνση του κουνουπιού συνήθως οφείλεται σε προηγούμενο τσίμπημα πτηνού.
- ✓ Τα κουνούπια μολύνονται από τον ιό όταν τσιμπούν άρρωστα πτηνά.
- ✓ Προκαλεί λοίμωξη στον οργανισμό μέσω τσίμπηματος, κυρίως το φθινόπωρο και το καλοκαίρι.

### **ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΥΓΕΙΑΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΛΟΙΜΩΞΗ ΤΟΥ ΙΟΥ ΤΟΥ ΔΥΤΙΚΟΥ ΝΕΙΛΟΥ :**

- ❖ Σπάνια κάποιος μετά από τσίμπημα μολυσμένου κουνουπιού με τον ιό εμφανίζει συμπτώματα ή την λοίμωξη.
- ❖ 8 στους 10 δεν παρουσιάζουν συμπτώματα.
- ❖ 2 στους 10 μπορεί να εμφανίσουν τη νόσο.
- ❖ Τα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας των 50 ετών και οι ανοσοκατασταλμένοι ασθενείς έχουν περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν συμπτώματα της λοίμωξης δηλαδή:
- ❖ Σε 1 στους 10 του συνολικού πληθυσμού, μπορεί να επέλθει η σοβαρή μορφή της νόσου, με επίκεντρο το κεντρικό νευρικό σύστημα και να επιφέρει βλάβες, όπως:
  - Μηνιγγίτιδα,
  - Εγκεφαλίτιδα,
  - Οξεία Χαλαρή Παράλυση,
  - Μόνιμα νευρολογικά ελλείμματα,
  - Μυϊκή αδυναμία,
  - Προβλήματα στη συγκέντρωση του νου,
  - Απώλεια μνήμης,

- Αναπηρία/ κινητικές δυσκολίες,
- Χρόνια κόπωση, μέχρι και
- Θάνατο (σπάνια).

### **ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΛΟΙΜΩΞΗΣ ΤΟΥ ΙΟΥ ΤΟΥ ΔΥΤΙΚΟΥ ΝΕΙΛΟΥ :**

Τα συμπτώματα έχουν διάρκεια από τρεις (3) έως έξι (6) ημέρες και περιλαμβάνουν:

- Ξαφνικό υψηλό πυρετό,
- Έντονο πονοκέφαλο,
- Εξάνθημα,
- Διόγκωση λεμφαδένων,
- Μυϊκούς πόνους,
- Αρθρικούς πόνους,
- Γενικευμένη κατάπτωση τον οργανισμού και έντονη κόπωση,
- Πόνο στους οφθαλμούς.

### **ΜΗ ΥΠΑΡΞΗ ΕΜΒΟΛΙΟΥ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΙΟΥ ΤΟΥ ΔΥΤΙΚΟΥ ΝΕΙΛΟΥ:**

Είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι:

**ΑΝ ΚΑΙ ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΕΜΒΟΛΙΟ** κατά του Ιού του Δυτικού Νείλου για τον άνθρωπο:

- Μια μικρή διασταυρούμενη ανοσία μπορεί να την παρέχει το εμβόλιο κατά της Ιαπωνικής Εγκεφαλίτιδας.
- Έχει αναπτυχθεί εμβόλιο το οποίο προστατεύει τα άλογα.
- Η έρευνες συνεχίζονται για την δημιουργία κατάλληλου εμβολιαστικού σκευάσματος για τον άνθρωπο.

### **ΓΕΝΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΑΠΟ ΤΑ ΚΟΥΝΟΥΠΙΑ:**

#### **1. Καθημερινή χρήση εγκεκριμένων εντομοαπωθητικών σώματος και που τα προμηθευόμαστε από το φαρμακείο.**

Πιο αποτελεσματικά είναι τα σκευάσματα για χρήση στο σώμα, με την εντομοαπωθητική ουσία DEET, σε περιεκτικότητα 25-30% ή με Icaridin ή με IR3535, τα οποία έχουν διάρκεια έως και έξι (6) ώρες.

Για την προστασία των βρεφών χρησιμοποιούμε μόνο ειδικά για βρεφική και πρώτη παιδική ηλικία αντικουνουπικά σκευάσματα, τα οποία πρέπει να είναι εγκεκριμένα ως φαρμακευτικά εντομοαπωθητικά.

Η εφαρμογή των εντομοαπωθητικών δέρματος στα βρέφη και τα μικρά παιδιά, πρέπει να γίνεται στα ρουχαλάκια τους, στο καρτσάκι τους και σε κοντινά τους αντικείμενα, τα οποία δεν βάζουν τα μικρά στο στόμα, κ.α.

#### **2. Τοποθέτηση σιτών σε:**

- παράθυρα,
- πόρτες και
- δωμάτια με κούνιες βρεφών,
- Και επιπλέον κουνουπιέρες.

### 3. Αποστράγγιση στάσιμων νερών από:

- γλάστρες και πιατάκια γλαστρών,
- κουβάδες,
- υδρορροές ή
- λάστιχα αυτοκινήτων και από
- συσσωρευμένα αντικείμενα σε αυλές ή και μπαλκόνια.

### 4. Χρήση ανεμιστήρων ή κλιματιστικών, διότι μειώνουν τη δραστηριότητα των εντόμων.

### 5. Ντύσιμο με ανοιχτόχρωμα ρούχα, (τα κουνούπια συνήθως έλκονται πιο πολύ από τα σκούρα χρώματα).

### 6. Τα ρούχα μας θα πρέπει να είναι φαρδιά ρούχα και να καλύπτουν τα χέρια και τα πόδια μας.

## **ΜΕΘΟΔΟΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΣΙΜΠΗΜΑΤΟΣ ΑΠΟ ΚΟΥΝΟΥΠΙ:**

### 1. Καθαρισμός πληγής/ περιοχής οιδήματος:

Πλένουμε την περιοχή που έχει πρόβλημα, με κρύο νερό και ενυδατικό σαπούνι και ξεπλένουμε με καθαρό νερό.

Με τον τρόπο αυτό απομακρύνονται τα υπολείμματα σάλιου του κουνουπιού.

### 2. Περιορισμός του οιδήματος:

Τοποθετούμε σε ένα καθαρό πανί ή σε μέσα σε χαρτομάντιλα, μερικά παγάκια ή μια παγοκουστή και τοποθετούμε πάνω στο δέρμα για δέκα (10) λεπτά.

Δεν επιτρέπεται να τοποθετούμε σκέτο πάγο απευθείας στο δέρμα μας. Κίνδυνος εγκαύματος.

### 3. Αντισηψία περιοχής:

Εφαρμόζουμε ένα ήπιο δερματικό αντισηπτικό,

όπως το betadine ή

το σπρέι οκτενιδίνης (octenisept) και

τοπική αντιβιοτική κρέμα σε πληγή.

### 4. Αντιμετώπιση Φαγούρας:

- Η λήψη αντιισταμινικού χαπιού και η

- Η εφαρμογή ειδικών κρεμών, όπως:

- Τοπική κρέμα υδροκορτιζόνης (1%)
- Στικ αμμωνίας
- ζελέ αλόης βέρα, κ.α.

## 5. Εξέταση από ιατρό:

Σε περίπτωση πυρετού ή επέκτασης της δερματικής κοκκινίλας:

- Θα πρέπει να επισκεφτούμε άμεσα τον Γενικό μας ιατρό/ παθολόγο ή δερματολόγο,
- με πιθανότητα ανάγκης λήψης ειδικού αντιβιοτικού κ.α.

Σε περίπτωση παιδιού που δεν σταματά να ξύνει το δέρμα του, χρειάζεται άμεσα να το δει ο παιδίατρος του, ο οποίος πιθανότατά να συστήσει και την λήψη αντιβίωσης.

## 6. Αναζήτηση άμεσης ιατρικής βοήθειας:

Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων σοβαρής αλλεργικής αντίδρασης, με τα εξής **συμπτώματα**:

- \* Πυρετό,
- \* Πρήξιμο στον λαιμό, στο πρόσωπο ή στα χείλη
- \* Δυσκολία στην αναπνοή,
- \* Ζαλάδα,
- \* Εξάπλωση της ερυθρότητας του δέρματος,
- \* Έντονο πόνο,
- \* Εμφάνιση πύον σε σημεία του σώματος, η οποία αποτελεί ένδειξη μόλυνσης.

## **ΑΠΟΦΥΓΗ ΜΟΛΥΝΣΗΣ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΤΣΙΜΠΗΜΑ ΚΟΥΝΟΥΠΙΟΥ:**

Η λοίμωξη που ακολουθεί το τσίμπημα κουνουπιού, προκύπτει από δευτερογενή βακτηριακή μόλυνση, δηλαδή:

Εξαιτίας της έντονης φαγούρας λόγω τσιμπήματος και σε περίπτωση έντονου ξυσίματος του δέρματος, τότε προκαλούνται δερματικές πληγές.

Οι δερματικές αυτές πληγές αποτελούν πύλες εισόδου στον οργανισμό για τα βακτήρια (σταφυλόκοκκο, στρεπτόκοκκο κ.α.).

Είναι φυσιολογικό και ακίνδυνο να υπάρχουν βακτήρια στα νύχια αλλά και στο δέρμα μας επιφανειακά, είναι η φυσιολογική στοιβάδα μικρόβιων.

Όμως, σε περίπτωση που τα μικρόβια βρουν είσοδο στον οργανισμό μας, από τις πληγές του ξυσίματος, λόγω τσιμπήματος κουνουπιού, τότε καθιστούνται υπεύθυνα για εμφάνιση λοίμωξης.

Για την **πρόληψη μεταδιδόμενων από κουνούπια νόσων** και την διατήρηση της καλής να υγείας, τηρούμε τα μέτρα προστασίας και έχουμε πάντα στο μυαλό μας τις οδηγίες αντιμετώπισης τσιμπημάτων κουνουπιών, ώστε να μην αποκτήσουμε επιμόλυνση του σημείου τσιμπήματος.

**ΖΟΥΜΕ ΕΝΑ ΟΜΟΡΦΟ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΣ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ**

**ΠΡΟΣΕΧΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΜΑΣ.**

**Η ΠΡΟΛΗΨΗ ΣΩΖΕΙ ΖΩΕΣ!**

Το παρόν υγειονομικό ενημερωτικό έγγραφο αποτελεί δημιουργία και πνευματικό δικαίωμα της Επόπτριας Δημόσιας Υγείας του Δήμου Χαλανδρίου και του Δήμου Χαλανδρίου.