



## Muggenwerende maatregelen

Het voorkómen van muggenbeten is belangrijk. Dat kan door het nemen van muggenwerende maatregelen. Dit geldt voor verschillende gebieden in de wereld en op tijden dat de mug actief is. Voor een advies op maat adviseren we een afspraak te maken met een reizigersvaccinatiecentrum.

### Beschermende kleding

Het dragen van huidbedekkende kleding voorkomt muggenbeten. Het gaat om kleren met lange mouwen en pijpen, sokken, dichte schoenen en een hoed of pet.

### Klamboe

Ook het gebruiken van een klamboe of muggennet is een muggenwerende maatregel. Geadviseerd wordt om een geïmpregneerde klamboe (permetrine) te gebruiken. Maak de ruimte binnen de klamboe muggenvrij voor het naar bed gaan.

### Insectenwerende middelen

Geadviseerd wordt de onbedekte huid in te smeren met een insectenwerend middel. Het LCR adviseert reizigers om middelen te gebruiken die DEET of icaridin bevatten.

Bij gelijktijdig gebruik van zonnebrandcrème en DEET moet eerst de zonnebrandcrème en dan de DEET aangebracht worden. Bij gelijktijdig aanbrengen kan de zonnebrandcrème minder goed werken.

### DEET

Producten met diethyltoluamide (DEET) kunnen worden gebruikt op de huid, maar zijn ook geschikt voor op kleding, klamboes en slaapzakken. DEET-producten zijn er in verschillende percentages: hoe hoger, hoe langer de bescherming (tot 50%). Voor reizigers die DEET gebruiken is een [speciale gebruiksinstructie](#) van het LCR van toepassing. Deze is bedoeld voor reizigers naar landen waar malaria en andere door insecten overdraagbare ziekten endemisch voorkomen. De instructie voor gebruik door reizigers wijkt af van de op SPC-tekst gebaseerde bijsluiters van het product voor het gebruik in Nederland. In de SPC-tekst van deze middelen is onder 'gebruiksaanwijzing' het volgende opgenomen: 'Het verdient aanbeveling bij het gebruik van DEET door reizigers in het buitenland rekening te houden met de richtlijnen van het Landelijk Coördinatiecentrum Reizigersadvisering'. Adviseer reizigers de juiste dosering en toepassing, vooral voor kinderen < 2 jaar en zwangere vrouwen (maximaal DEET 30%). DEET kan producten met plastic aantasten.

### Icaridin

Middelen met icaridin zijn in Nederland relatief nieuw (sinds 2017), maar worden in andere landen al meerdere jaren gebruikt. Icaridin-producten zijn volgens onderzoek net zo effectief als middelen met DEET. Het middel geeft gemiddeld 8 uur bescherming tegen de muggen die malaria kunnen overbrengen (*Anopheles*-soorten) en gemiddeld 4 uur bescherming tegen *Aedes* muggen die gele koorts, dengue en zikakoorts kunnen overbrengen. Voor zwangere vrouwen en kinderen onder de 13 jaar wordt een icaridin-product niet geadviseerd. Bekijk goed de bijsluiter en [de LCR-gebruiksaanwijzing](#).

Ziekte	Welke mug/insect?	Wanneer is mug actief?	Aanvullende preventie
<b>Chikungunya</b>	Gelekoortsmug - <i>Aedes aegypti</i> Aziatische tijgermug - <i>Aedes albopictus</i> en andere <i>Aedes</i> -soorten	Overdag	Nee
<b>Dengue</b>	Gelekoortsmug - <i>Aedes aegypti</i> Aziatische tijgermug - <i>Aedes albopictus</i>	Overdag	Nee
<b>Gele koorts</b>	Gelekoortsmug- <i>Aedes aegypti</i> en andere <i>Aedes</i> -soorten Afrika: <i>Aedes</i> spp. Zuid-Amerika: <i>Haemagogus</i>	Afrika: Overdag Zuid-Amerika: dag en nacht	Vaccinatie
<b>Japane encefalitis</b>	<i>Culex</i> -soorten	Schemering en nacht	Vaccinatie
<b>Leishmaniasis</b>	Zandvlieg	Vooral 's nachts	Nee
<b>Malaria</b>	Malariamug - <i>Anopheles</i>	Schemering en nacht	Chemoprophylaxe
<b>Westnijl</b>	Vooral <i>Culex</i> soorten	Vooral schemering	Nee
<b>Zika</b>	Gelekoortsmug - <i>Aedes aegypti</i> Aziatische tijgermug - <i>Aedes albopictus</i> en andere <i>Aedes</i> -soorten	Overdag	Nee

Professionals wordt geadviseerd de meest recente LCR-protocollen te raadplegen (voor abonnees via [mijnlcr.nl](http://mijnlcr.nl) of via een deskundig reizigersgeneeskundig (huis)arts (via [lcr.nl/Vaccinatie-adressen](http://lcr.nl/Vaccinatie-adressen)). Zo is er optimaal uniform beleid en hebben zij overzicht van alle ziekteverwekkers en gebieden waar deze voorkomen. Ook is hierin extra aandacht voor bijzondere groepen reizigers zoals kinderen, immuungecompromitteerde personen en zwangere vrouwen.

## **Versiebeheer**

- Bron: LCR. Gepubliceerd: mei 2020.