Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit

infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.

Комарі. Як їх розпізнати, як запобігти укусам і як діяти

Дізнайтеся про ризики в епоху кліматичних змін та про те, як запобігти зараженню інфекціями

© Getty Images / iiievgeniy

Комарі — просто набридливі комахи чи ще й небезпечні?

Комарі можуть сильно докучати, особливо влітку. Уночі вони дзижчать біля вуха, заважають спати та кусають.

У Німеччині укуси комарів, як правило, нешкідливі, але можуть спричиняти сильний свербіж та запалення. **Крім того, деякі види комарів за певних обставин можуть бути переносниками різних патогенів, як-от вірусу Західного Нілу, вірусу чікунгунья або вірусу денге.** У зв'язку з постійним підвищенням сезонних температур, спричиненим зміною клімату, а також зростанням популярності подорожей по всьому світу, ризик зараження зростає й у Німеччині.

У цій брошурі міститься інформація про ризики зараження та можливі захворювання, а також про засоби ефективного захисту від укусів комарів.

Цікаві факти про комарів

- Комарі належать до родини комах.
- У Німеччині налічується близько 50 різних видів комарів. Двома найпоширенішими місцевими видами є **комар звичайний** (***Culex pipiens***) **та комар кільчастий** (***Culiseta annulata***).
- Комарі розпізнають людей за теплом тіла, вологістю, вуглекислим газом, що видихається, та запахом тіла.
- Кусають лише самки комарів. Їм необхідно харчуватися кров'ю для відкладання яєць.
- Процес розвитку від яйця до дорослої особини **завжди** відбувається у воді. Навіть невеликі накопичення води, як-от у блюдцях під вазонами або калюжах, іноді виявляються достатніми для відкладання яєць.
- Більшість **місцевих видів комарів** кусають переважно в сутінках і вночі.
- Серед «інвазивних» видів, завезених до Німеччини, особливу загрозу становить **азіатський тигровий комар *(Aedes albopictus)***. Він кусає навіть у денний час доби.

Типові місцеві види комарів

Комар роду *Culex*, вид збоку (a) і спереду (b). Сегменти черевця мають темно-коричневе забарвлення з білими смужками. Довжина становить від 3 до 7 мм, що відповідає розмірам азіатського тигрового комара. Однак у нього відсутній характерний малюнок на голові, передній частині тіла та лапках (порівн. ілюстрації на стор. 5).

Комар кільчастий *(Culiseta annulata)*, вид зверху (c) і збоку (d). **Його часто плутають з азіатським тигровим комаром**. Завдяки своїм лапкам із білими кільцеподібними смужками та світлим поперечним смужкам на сіро-коричневому черевці він дуже схожий на тигрового комара, але значно більший — його довжина становить від 10 до 13 мм. У нього також відсутнє характерне забарвлення на голові та грудях (порівн. ілюстрації на стор. 5). Комар кільчастий не розглядається як серйозний переносник тропічних патогенів.

Азіатський тигровий комар

Наразі в Німеччині поширюється **азіатський тигровий комар *(Aedes albopictus)***. Цей вид походить зі Східної Азії і завдяки міжнародним подорожам людей та переміщенню товарів поширився багатьма частинами світу, зокрема Європою. У Німеччині його вперше виявили у 2007 році. Наразі він зустрічається переважно на південному заході країни, зокрема вздовж Рейну, а також в окремих районах, розташованих далі на північ, як-от у Берліні.

Азіатський тигровий комар зазвичай активний у денний час доби. Він відносно невеликий і досягає в довжину приблизно від 4 до 8 мм. До того ж, він має характерне забарвлення: тіло темно-чорного кольору, з білими виразними смужками як на самому тілі, так і на лапках. По центру голови та грудей проходить сріблясто-біла лінія.

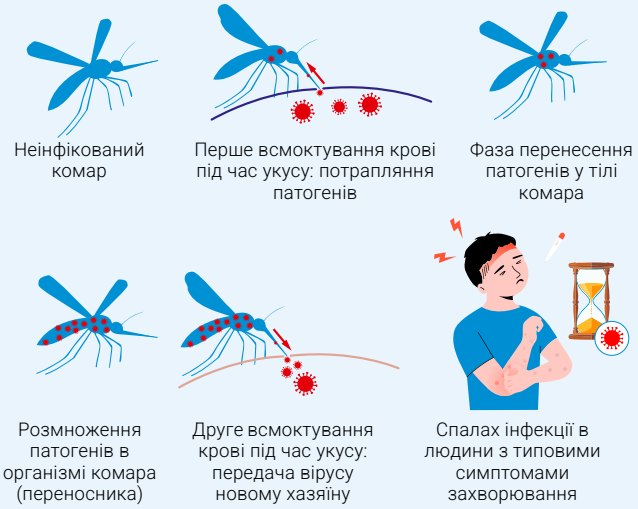
Азіатський тигровий комар *(Aedes albopictus)*, вид збоку (a) та спереду (b). Його довжина становить приблизно від 4 до 8 мм. По центру голови проходить сріблясто-біла смужка, яка продовжується на грудях. Цей малюнок є найбільш надійною характерною ознакою азіатського тигрового комара.

Карту поширення тигрового комара в Німеччині можна знайти на сайті Інституту Фрідріха Леффлера (FLI) за посиланням: www.fli.de/de/kommissionen/nationale-expertenkommission-stechmuecken-als-uebertraeger-von-krankheitserregern/

Азіатський тигровий комар здатний передавати людині такі патогени, як вірус денге, вірус чікунгунья або вірус Зіка. **Однак досі в Німеччині подібних випадків зараження не спостерігалося.** Для цього повинні бути виконані певні умови (див. розділ «Чи можуть тропічні патогени в майбутньому передаватися і у Німеччині?», стор. 21). **Проте, за можливості, важливо запобігти подальшому поширенню азіатського тигрового комара в Німеччині, а також стримати його поширення в районах, де він уже живе.**

Як комарі переносять хвороби?

Не всі комарі є переносниками патогенів. Вони стають переносниками тільки в тому випадку, якщо раніше вкусили заражену живу істоту (наприклад, птаха або людину) і поглинули патоген із її крові. В організмі комара патогени розмножуються, потрапляють у слинні залози й під час наступного всмоктування крові під час укусу можуть передаватися новому хазяїну, як-от людині. Живі організми, здатні передавати патогени таким чином, називаються **переносниками**.



© Getty Images / Orawan Wongka

Наскільки високий ризик заразитися під час укусу комарів у Німеччині?

Хвороби, що передаються комарами, становлять серйозну загрозу для здоров'я людей у всьому світі. У Німеччині такі захворювання поки що зустрічаються **вкрай рідко.** Зазвичай вони зустрічаються в туристів, які повернулися з подорожей до тропічних або субтропічних регіонів, де вони заразилися.

На сьогоднішній день у Німеччині основним патогеном, що передається місцевими комарами, є вірус Західного Нілу.

© Getty Images / the_burtons

Вірус Західного Нілу

Вірус Західного Нілу — це патоген, який у Німеччині може передаватися різними видами комарів, у тому числі комаром звичайним *(Culex pipiens)*. Цей вірус спричиняє так звану **лихоманку Західного Нілу**.

Спочатку вірус виник в Африці й поширився по всьому світу переважно перелітними птахами. У Німеччині протягом кількох останніх років регулярно фіксуються спалахи захворювання серед птахів. Крім того, вірус було виявлено у хворих коней. Починаючи з 2019 року щороку реєструються поодинокі випадки інфікування людей, які заразилися в нашій країні в розпал літа внаслідок укусів комарів. Це стосується, зокрема, районів на сході та півночі Німеччини, де вірус також може перезимувати. Люди, які заразилися за кордоном, не відіграють жодної ролі в подальшій передачі вірусу Західного Нілу в Німеччині.

Карту поширення вірусу Західного Нілу можна знайти на сайті Інституту Фрідріха Леффера (FLI) за посиланням:
www.fli.de/de/aktuelles/tierseuchengeschehen/west-nil-virus

Після зараження вірусом Західного Нілу в більшості людей симптоми відсутні або проявляються в легкій формі. Приблизно у 20 зі 100 інфікованих розвиваються симптоми, схожі на грип, такі як лихоманка, втома, головний біль і ломота в суглобах. Приблизно в половини хворих додатково з'являється блідий рясний шкірний висип.

Приблизно один зі 100 інфікованих хворіє у важкій формі. При цьому може розвинутися запалення головного мозку або мозкових оболонок. **Підвищений ризик важкого перебігу захворювання спостерігається у літніх людей, а також в осіб із супутніми захворюваннями або ослабленим імунітетом.** Цим групам людей слід особливо ретельно захищатися від укусів комарів у розпал літа, якщо вони перебувають у зоні підвищеного ризику.

Наразі вакцини від вірусу Західного Нілу для людей не існує.

Додаткову інформацію про лихоманку Західного Нілу можна знайти тут:
www.infektionsschutz.de/infektionen/erregersteckbriefe/west-nil-fieber

Які ще існують у світі серйозні захворювання, що передаються комарами?

До вірусних захворювань, що передаються комарами по всьому світу, окрім лихоманки Західного Нілу, належать також лихоманка чікунгунья, лихоманка денге та лихоманка Зіка. **Ці захворювання поширені насамперед у тропічних та прилеглих до тропіків субтропічних регіонах.** Тому перед поїздкою до цих регіонів слід проконсультуватися з лікарем і, за необхідності, пройти вакцинацію.

Хоча в більшості випадків багато із цих захворювань протікають у легкій формі або взагалі безсимптомно, у поодиноких випадках можливі тяжкі форми перебігу. Характерними є симптоми, схожі на грип, як-от **лихоманка, головний біль та ломота в суглобах, а також загальне нездужання**.

Лихоманка чікунгунья

- Інші можливі симптоми: шкірний висип, сильні болі в декількох суглобах, які можуть тривати від кількох місяців до кількох років.
- Захист: ретельний захист від комарів може значно знизити ризик захворювання. Для мандрівників за певних обставин доступна вакцинація.

Лихоманка денге

- Інші можливі симптоми: виражені болі в м'язах і суглобах, збільшені лімфатичні вузли, шкірний висип.
- Особливість: дуже рідко спостерігаються тяжкі форми захворювання.
- Захист: і в цьому випадку ретельний захист від комарів може допомогти знизити ризик захворювання. Вакцинація рекомендується тільки за певних обставин у разі подорожей.

Лихоманка Зіка

- Інші можливі симптоми: запалення слизової оболонки ока, шкірний висип.
- Особливість: вірус Зіка може передаватися плоду під час вагітності та викликати аномалії розвитку.
- Якщо ви плануєте вагітність, слід пам'ятати, що чоловіки, які заразилися під час подорожей (часто безсимптомно), можуть передати інфекцію статевим шляхом жінкам, які не виїжджали за кордон.
- Ретельний захист від комарів. Наразі вакцини не існує.

© Getty Images / Ali Majdfar

За таких захворювань, як жовта лихоманка (вірусна) та малярія (паразитарна), що зустрічаються лише в тропіках, часто спостерігаються тяжкі форми перебігу хвороби та летальні випадки. Для них також характерні симптоми, що нагадують грип, як-от **лихоманка, головний біль, ломота в суглобах, а також загальне, часто сильне нездужання**. Малярія переноситься комарами, активними в нічний час *(Anopheles)*, тому заходи захисту від комарів слід вживати у вечірні та нічні години.

Жовта лихоманка

- Інші можливі симптоми: нудота, блювота, у деяких випадках кровотеча з носа.
- Ретельний захист від комарів. Існує **вакцина**.

Малярія

- Сильне нездужання. Інші можливі симптоми: за деяких форм малярії напади лихоманки змінюються періодами відсутності лихоманки.
- Не всі форми малярії однаково небезпечні. Найбільшу кількість смертей спричиняє «тропічна малярія».
- Захист: слід ретельно захищатися від комарів, особливо ввечері та вночі (використовуйте москітну сітку). Під час поїздок до регіонів підвищеного ризику може бути доцільним профілактичний прийом спеціальних препаратів **(медикаментозна профілактика)** після консультації з лікарем.
- У Німеччині немає вакцини проти малярії. Наразі вакцини проти малярії в основному застосовуються в різних країнах Африки в рамках програм вакцинації дітей.

Зазвичай перед поїздкою до тропічних або субтропічних регіонів слід дізнатися про необхідні запобіжні заходи та рекомендовані вакцини, в ідеалі — у свого сімейного лікаря або в консультаційному центрі з питань медицини подорожей. З відповідним переліком консультаційних центрів із питань медицини подорожей та тропічної медицини можна ознайомитися тут:
www.dtg.org/liste-tropenmedizinischer-institutionen

У якості загального заходу профілактики захворювань, що переносяться комарами, у Німеччині на даний час не передбачено жодних щеплень для населення. Оскільки ризик передачі відповідних патогенів у нашій країні дуже низький, наявні вакцини зазвичай не рекомендуються для масового застосування. Як правило, їх використовують лише під час поїздок у регіони, де ці патогени зустрічаються частіше.

Примітка. У країнах або регіонах із теплим чи волого-теплим кліматом, як-от тропіки або прилеглі до тропіків субтропічні регіони, під час подорожі ви можете заразитися патогенами, що викликають захворювання, — можливо, навіть непомітно для себе — і, таким чином, завезти у своїй крові до Німеччини, наприклад, віруси денге, чікунгуньї або Зіка. **Ви можете запобігти можливому поширенню інфекції в нашій країні, якщо протягом перших двох тижнів після повернення з подорожі будете особливо ретельно захищатися від укусів комарів.** Це особливо актуально влітку і, насамперед, у тих районах, де азіатський тигровий комар уже поширився.

Найважливішим і найефективнішим засобом захисту від хвороб, що переносяться комарами, є запобігання укусам комарів!

Як захиститися від укусів комарів?

Уникайте місць їх розмноження. Комарі відкладають яйця в стоячій воді. Тому в домашніх умовах регулярно зливайте або міняйте воду в блюдцях під квітковими горщиками, лійках тощо, а бочки для збору дощової води щільно накривайте сітками. Декоративні ставки стають безпечними, якщо заселити їх рибою. Слідкуйте за чистотою водостічних жолобів. Стоячі калюжі можуть слугувати місцем розмноження комарів навіть на верхніх поверхах.

Прикривайте тіло. Носіть довгий, вільний одяг зі щільної світлої тканини, як-от бавовна, льон або синтетика. Комарі можуть проколювати тонкі та щільно прилягаючі до тіла тканини.

Використовуйте засоби захисту від комах. Засоби захисту від комах (репеленти) з підтвердженою ефективністю, наприклад, ті, що містять діючі речовини ДЕТА або ікаридин, слід наносити тонким шаром на відкриті ділянки шкіри (поверх сонцезахисного засобу). Завжди враховуйте вікові обмеження та дотримуйтеся інструкцій із застосування.

Створюйте бар'єри. Встановіть на вікнах сітки від комах із дрібними комірками. На додачу або в якості альтернативи використовуйте ретельно закріплені над ліжком москітні сітки, які забезпечують захист, особливо вночі.

Дотримуйтеся правил гігієни. Регулярно приймайте душ і змінюйте просочений потом одяг, оскільки піт і запах тіла можуть приваблювати комарів.

Уникайте періодів активності комарів. Багато місцевих видів комарів активні переважно в сутінках. У цей час, за можливості, залишайтеся в закритих приміщеннях або захищайте себе за допомогою сіток, одягу або репелентів.

Ультрафіолетові лампи, ультразвукові пристрої, браслети з репелентом, вживання часнику, свічки із цитронелою, а також масло чайного дерева **практично не мають доведеної ефективності проти комарів.**

На що слід звернути увагу після укусу комара?

Укус комара, як правило, спричиняє нешкідливу реакцію шкіри. Місце укусу злегка набрякає, червоніє та свербить. Причиною цього є захисна реакція організму на певні речовини, що містяться в слині комара.

Охолоджуючі гелі або мазі з відповідними активними речовинами можуть полегшити дискомфорт. Також точковий вплив теплом (наприклад, за допомогою ручки для усунення свербіння після укусів комах) і подальше охолодження можуть допомогти полегшити свербіж і заспокоїти шкіру.

Важливо! Намагайтеся не чухати шкіру. Під час розчісування до шкіри можуть проникнути бруд і мікроби та спричинити запалення. Уражена ділянка сильно набрякає, стає теплою, з'являється почервоніння і може виникнути болючість.

У разі появи ознак запалення зверніться до лікаря. Також слід проконсультуватися з лікарем у разі появи лихоманки або незрозумілих симптомів після поїздок до далеких країн.

© Getty Images / Ladanifer

Як зміна клімату впливає на комарів?

Унаслідок **більш високих температур** улітку популяції комарів можуть розвиватися швидше, що призводить до частіших укусів. При цьому подовжується період їхньої активності протягом року. Під час **м'яких зим** деякі види комарів, а також їхні яйця та личинки, можуть досить добре перезимувати в Німеччині. У зв'язку з потеплінням клімату **інвазивні види**, такі як **азіатський тигровий комар**, знаходять у Німеччині дедалі сприятливіші умови для життя.

Водночас у теплу погоду багато людей проводять більше часу на свіжому повітрі. Це підвищує ризик укусів. Що стосується **патогенів**, які переносять комарі, то що тепліше погода, тим ефективніше проходять етапи, необхідні для передачі інфекції (розмноження патогенів у травному тракті комара та їх потрапляння до слинних залоз). Таким чином, вищі температури влітку та триваліший літній сезон сприяють перенесенню цих патогенів.

Додаткову інформацію про вплив зміни клімату на комарів та про те, як ефективно захиститися від їх укусів, див. за посиланням: www.klima-mensch-gesundheit.de/schutz-vor-zecken-und-muecken/.

© Getty Images / GiovanniSeabra

Як зменшити кількість комарів у своєму середовищі та обмежити поширення їхніх інвазивних видів?

Комарі відкладають яйця в стоячій воді. Навіть найнезначніших накопичень води буває достатньо, щоб деякі види вивели сотні комарів. Якщо не допускати появи таких місць розмноження у власному саду, на балконі або навколо будинку, можна значно знизити ризик поширення комарів.

- Регулярно (не рідше одного разу на тиждень) видаляйте стоячу воду з таких ємностей, як блюдця під горщиками для квітів, поїлки для птахів і вази для квітів.
- Після використання завжди зберігайте лійки або відра в перевернутому положенні, щоб у них не накопичувалася вода.
- Заселіть декоративні ставки рибою.
- Слідкуйте за чистотою водостічних жолобів, щоб у них не накопичувалася вода.
- Щільно накривайте бочки для збору дощової води сіткою.

У районах, особливо заселених комарами, можуть застосовуватися також біологічні або хімічні засоби. Додаткову інформацію із цього питання можна отримати, зокрема, у Громадському об'єднанні з боротьби з комарами (Kommunale Aktionsgemeinschaft zur Bekämpfung der Schnakenplage e.V.) (KABS): www.kabsev.de

Крім того, стежте за тим, щоб не завезти комарів у своєму автомобілі або будинку на колесах із Південної Європи або півдня Німеччини.

© Getty Images / Gabriele Hanke

© Getty Images / NNehring

На знімку крупним планом показано личинок комарів першої (у центрі) та четвертої стадій розвитку (ліворуч), а також лялечку (праворуч). Самки звичайного домашнього комара відкладають яйця у вигляді «плаваючих пакетиків» (кладки з приблизно 200–400 яєць) прямо на поверхню води. З цих яєць вилуплюються личинки, які, проходячи чотири стадії розвитку і стадію лялечки, перетворюються на крилатих комах. Кисень вони отримують із повітря через дихальну трубку, розташовану на черевці. За допомогою ротових органів вони створюють вир, із якого відфільтровують у якості їжі найдрібніші частинки (наприклад, відмерлі мікроорганізми, зважені речовини). Залежно від температури води розвиток від яйця до дорослого комара відбувається з різною швидкістю. Залежно від температури цей термін може варіюватися від кількох днів до кількох тижнів.

Атлас комарів (mueckenatlas.com) — це проєкт, у якому можуть узяти участь усі громадяни. Ви можете надіслати спійманих комарів, яких згодом буде ідентифіковано та позначено на карті. У такий спосіб ви допомагаєте краще відстежувати поширення різних видів комарів у Німеччині.

На що слід звернути увагу перед поїздкою за кордон?

На сайті Міністерства закордонних справ можна знайти інформацію про ризики для здоров'я в конкретній країні, до якої ви збираєтеся поїхати. Перед далекою подорожжю до країни з підвищеним ризиком для здоров'я слід проконсультуватися з лікарем. У нього ви також зможете отримати інформацію про рекомендовані щеплення та інші заходи захисту.

Чи можуть тропічні патогени в майбутньому передаватися і у Німеччині?

Наразі не відомо жодного випадку, коли тропічні патогени, як-от віруси денге, Зіка чи чікунгуньї, передавалися б людям у Німеччині через укуси комарів. Однак останніми роками в Південній Європі такі випадки зараження все частіше фіксуються в розпал літа, наприклад, у Франції та Італії.

© Getty Images / MStudioImages

Для можливої передачі певних патогенів, як-от вірусів денге та чікунгуньї, має бути дотримано певних умов:

1. Людина заражається за кордоном і привозить вірус до Німеччини.
2. Відповідний вид комарів (наприклад, азіатський тигровий комар) кусає людину, поки вірус ще перебуває в крові. Як правило, це триває всього кілька днів.
3. Вірус розмножується в організмі комара, що зазвичай вимагає високих температур навколишнього середовища.
4. Комар живе достатньо довго, щоб вкусити ще одну людину.

Наразі в Німеччині ці умови одночасно зустрічаються вкрай рідко. Однак експерти вважають, що в майбутньому під впливом зміни клімату ситуація зміниться. Зокрема, для **вірусу чікунгунья** в деяких регіонах Німеччини влітку вже склалися сприятливі умови.

Корисно знати

У Німеччині **малярія** не зустрічається з 1950-х років. Проте тут мешкають окремі особини комарів роду Anopheles, здатні переносити патогенів. Час від часу в нашій країні реєструються випадки захворювань серед людей, які повернулися з подорожей. Для запобігання подальшому поширенню малярії важливо вчасно розпочати лікування.

© Getty Images / Chalffy

Додаткова інформація

- www.infektionsschutz.de
- www.rki.de
- www.klima-mensch-gesundheit.de
- www.auswaertiges-amt.de

Вихідні дані

Видавець: Федеральний інститут громадського здоров'я (BIÖG), 50819 Кельн
Усі права захищено.
Дизайн: компанія VALID Digitalagentur GmbH
Станом на: квітень 2026 року
Артикул: D81000569
Фото на обкладинці: © Getty Images / PixelsEffect

Адреса для замовлень: цю брошуру можна замовити безкоштовно у Федеральному інституті громадського здоров'я, 50819 Кельн, а також в Інтернеті за адресою www.shop.bioeg.de або електронною поштою an bestellung@bioeg.de. Вона не призначена для перепродажу одержувачем або третіми особами.

Брошура доступна сімома мовами.

DE EN FR RU TR AR UA

Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit

infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.