



Mygg og klegg

Hvordan kan jeg unngå å bli stukket?

Hva skal jeg gjøre hvis jeg blir stukket av mygg eller klegg?

Som regel er det nok å bare kjøle ned stikket eller stikkene.

Dette kan du gjøre ved å ta en kald dusj eller ha på kaldt vann eller en isbit.

Du kan også bruke Aurax liniment som du får kjøpt reseptfritt på apoteket. Dette lindrer kløen. Aurax er også et fint beskyttende middel mot myggstikk.

Hvordan kan jeg unngå å bli stukket?

Først og fremst kan du unngå myggstikk ved at du legger turen utenom sumper og fuktig lende.

Det er også viktig å tenke på bekledningen, at man har anorakk og tøy som dekker bare kroppsdeler.

Husk å ha med deg myggstift og myggolje i sekken når du går på fjelltur eller fisker langs elva. Det er viktig at du merker deg kun å kjøpe godkjente typer, da det finnes mange på markedet som ikke anbefales brukt på grunn av mulighet for helseskade.