



如何应对臭虫虫害？

(How do I treat a bed bug infestation?)

应对方案

(Treatment)

臭虫虫害并不容易对付。您必须同时做好几件事：

1. 请害虫防治员(PCO)治理虫害区域。
2. 整理：这意味着扔掉所有不再需要的物品。在与 PCO 交谈之前，不要扔掉家具。PCO 会告诉您可以处理和无法处理的物品。
3. 清洁：使用吸尘器和吸尘器的窄缝吸尘头，对臭虫可能躲藏的所有地方进行真空抽吸。
4. 清洗：尽可能清洗臭虫留下的任何痕迹。这样，下次检查时能够更加容易看到臭虫的新痕迹。
5. 洗衣：热风烘干机的高温可杀死各阶段的臭虫。
6. 隔离：一旦物品上的臭虫消灭干净，将物品放在远离您确知家里仍存在臭虫的地方。
7. 处理睡觉的地方：
 - 清除床上的臭虫。
 - 取下床裙，避免臭虫借助床裙爬行。
 - 用吸尘器清洁床的各个角落。包括床垫和弹簧床架的所有表面、床框（包括底部、床头板和床头板背面）。
 - 清洗床单、毯子、床罩和枕头，然后放入热风烘干机内高温处理 30 分钟，从而杀死藏在其中的所有臭虫。不要将烘干机塞得过满，否则物品的烘干温度会不够高。
 - 保护您的床。
 - 将床垫和弹簧床架包起来。即，您可以使用带有六个边、通过拉链闭合的特殊罩子。罩子外包装上应注明“防臭虫”。将床垫罩好后，至少 1 年内不要打开。您还可以使用罩子作为床垫套，并将其一直罩着。臭虫无法在物品上咬洞，所以使用防臭虫床垫罩后，困在里面的任何臭虫都会死掉，而新的臭虫也无法进入。这些罩子的外侧没有接缝或滚边，因此外侧没有地方可供臭虫躲藏。
 - 床用臭虫拦截器
 - 臭虫拦截器是一种由厚实、光滑、闪亮塑料制成的浅口碟状物。拦截器的中间有一个孔洞，刚好放置床腿，孔洞的周围是一圈凹槽。其可以困住任何想要爬出拦截器外缘的臭虫。
 - 拦截器利用臭虫不喜欢在光滑闪亮表面或粘性表面上爬行的特点。
 - 您可以向害虫防治公司购买拦截器。

- 自制拦截器：
 - 在床腿周围包上双面胶带
 - 在床腿涂上一层凡士林
 - 将内侧光滑的容器（如黄油盘、玻璃缸）放在床腿下面，里面放一些东西诱捕臭虫（植物油、爽身粉、或涂上一层凡士林皆可）
 - 不要在孔洞底部放置任何有毒物质。杀虫粉剂可以有效杀死臭虫，但可能会导致呼吸问题，尤其是如果您长时间暴露在该环境中。
- 隔离您的床
 - 将床和墙壁保持至少 15 厘米（6 英寸）的距离。
 - 不要在床上放置任何物品。
- 持续保护您的床
 - 不要在床上放置任何物品。不要在床上放置包袋、外套或任何其他可能藏有臭虫的物品。
 - 每周至少对所有寝具进行一次高温处理，直到所有臭虫都消失。
 - 每周至少对床进行一次检查，查看是否有臭虫的新痕迹。每周至少用吸尘器对床和床框进行一次清洁。

您需要每周至少进行一次清洁和检查，直到确定没有臭虫为止。这可能需要数周时间，具体视虫害的严重程度而定，若是在多住户大楼里，则视大家的配合程度而定。

有哪些化学防治措施？

(What are some chemical control measures?)

化学处理最好由 PCO 完成。PCO 应向您提供书面信息，告诉您处理的时间、使用的化学品，您需要离家多长时间，以及您需要提前准备什么。此外还应告诉您随后要进行哪些清洁。若您未获得该信息，请询问房东。

对于对化学品气味敏感的人，应该提供预防措施信息。如果您担心家中身体虚弱或者特别敏感的人，如婴儿、老人或免疫系统较弱者，最好咨询医生。

想要自己进行化学处理的屋主应了解，杀虫剂使用不当可能会导致疾病。请正确使用所有化学品。即，您应遵从标签上的指示，如果不理解某些说明，应该提问。

杀虫剂使用不当可能只会使臭虫移到远离杀虫剂的地方。它们可能会移到新区域，以躲避杀虫剂。某些可用于防治臭虫的化学品只有特许 PCO 才可获得。

在阿尔伯塔省的住宅内使用杀虫剂受到《环境保护和促进法案》(Environmental Protection and Enhancement Act) 及法规的控制。在加拿大，杀虫剂由加拿大卫生部授权使用。



高温处理

(Heat treatment)

高温处理是一个专业过程。您必须拥有特殊设备，了解如何使藏有臭虫的房间加热至足够高的温度。如果房间不够热，臭虫可能会移到较为凉爽的新区域。高温处理无法取代整理、清洁和持续监控。

臭虫探测犬

(Bed bug dogs)

在阿尔伯塔省，有一些狗经过训练，可以探嗅出臭虫。在臭虫探测犬抵达之前，您需要做一些准备。与训练有素的专业人员相比，臭虫探测犬可以更快地找到臭虫。探测犬会与训犬员一起查找臭虫。探测犬应经过培训并获得认证。

如需了解更多信息，请致电离您最近的环境健康办事处：

- 卡尔加里 (Calgary): (403) 943-2295
- 莱斯布里奇 (Lethbridge): (403) 388-6689
- 埃德蒙顿 (Edmonton): (780) 735-1800
- 雷德迪尔 (Red Deer): (403) 356-6366
- 大草原城 (Grande Prairie): (780) 513-7517

如需每周 7 天每天 24 小时护理咨询服务和健康信息，请拨打健康热线 (Health Link) 811。

Current as of: March 15, 2018

Author: Environmental Public Health, Alberta Health Services

此材料仅供参考之用。不应代替医嘱、指导和/或治疗使用。如有问题，请咨询您的医生或合适的医疗服务提供者。