



Bằng cách nào tôi có thể điều trị nhiễm rệp? (How do I treat a bed bug infestation?)

Điều trị (Treatment)

Không đơn giản để đối phó với nhiễm rệp. Bạn phải làm một vài việc đồng thời:

1. Khu vực phải được điều trị bởi một nhà điều hành kiểm soát dịch hại (PCO).
2. Loại bỏ đồng lộn xộn: Điều này có nghĩa là ném đi tất cả mọi thứ bạn không cần nữa. Không vứt đồ đạc cho đến khi bạn nói chuyện với PCO. PCO sẽ cho bạn biết những gì có thể và không thể xử lý được.
3. Vệ sinh: Sử dụng máy hút bụi và dụng cụ có kẽ hở của máy hút bụi để hút sạch tất cả các nơi rệp có thể ẩn náu.
4. Rửa: Rửa sạch bất kỳ dấu hiệu nào của rệp ở mức tốt nhất bạn có thể làm. Điều này sẽ giúp dễ dàng hơn để phát hiện các dấu hiệu rệp mới trong lần kiểm tra tiếp theo của bạn.
5. Giặt: Sức nóng của máy sấy nóng sẽ giết chết tất cả các giai đoạn của rệp.
6. Cách ly: Khi các đồ dùng không còn rệp, để chúng cách xa bất kỳ chỗ nào trong nhà vẫn còn rệp mà bạn biết.
7. Xử lý chỗ ngủ của bạn:
 - Loại bỏ rệp khỏi giường của bạn.
 - Tháo ga giường rũ để ngăn không cho rệp bò lên.
 - Hút bụi tất cả khu vực của giường ngủ. Bao gồm tất cả các bề mặt của nệm và đệm lò xo, khung giường bao gồm cả mặt dưới, đầu giường, và phía sau của đầu giường.
 - Diệt tất cả rệp ẩn trong ga trải giường, chăn, trải giường và gối bằng cách giặt chúng và xử lý bằng nhiệt trong máy sấy nóng trong 30 phút. Đừng cho quá nhiều vào máy sấy, nếu không đồ của bạn sẽ không đủ nóng.
 - Bảo vệ giường của bạn.
 - Bọc nệm và đệm lò xo. Điều này có nghĩa rằng bạn sử dụng một bao đặc biệt có sáu mặt và được đóng chặt bằng khóa kéo. Nên dán nhãn “chống rệp” bên ngoài gói này. Sau khi bạn đã bọc nệm, đừng mở nó trong vòng ít nhất 1 năm. Bạn cũng có thể sử dụng tấm phủ như một vỏ bọc nệm và để nó lên trên. Rệp không thể nhai các lỗ hổng trong đồ đạc, do vậy khi bọc chống rệp này ở đúng vị trí thì bất kỳ con rệp nào bị mắc kẹt ở bên trong sẽ chết và rệp mới không thể vào được. Những tấm phủ này không có đường nối hoặc đường ống bên ngoài như vậy không có nơi ở bên ngoài để rệp ẩn náu.
 - Thiết bị chặn cho giường ngủ của bạn
 - Thiết bị chặn là một thứ giống như đĩa thấp được làm từ nhựa nặng, mịn và sáng. Nó có một lỗ khoan ở trung tâm nơi chân giường đi qua và có hào xung quanh lỗ đó. Những thứ này sẽ bẫy bất kỳ con rệp nào cố bò lên cạnh bên ngoài của thiết bị chặn.

- Thiết bị chặn lợi dụng thực tế rằng rệp không thích bò trên các bề mặt mịn, sáng bóng hoặc trên những bề mặt dính.
- Bạn có thể mua chúng từ các công ty kiểm soát dịch hại.
- Có thể làm thiết bị chặn rệp tại nhà bằng cách:
 - quấn băng keo dính hai mặt xung quanh chân giường
 - bôi vaseline quanh chân giường
 - đặt các hộp chứa mặt nhẵn (ví dụ, lọ thủy tinh, món bơ thực vật) dưới chân giường với một thứ gì đó ở phía dưới để bẫy rệp (dầu thực vật, bột talc hoặc một lớp dầu bôi trơn sẽ có hiệu quả)
- Không đặt bất cứ thứ gì độc vào dưới lỗ khoan. Bụi côn trùng có hiệu quả tốt để diệt rệp nhưng có thể gây khó thở đặc biệt là nếu bạn tiếp xúc trong một thời gian dài.
- Cách ly giường của bạn
 - Giữ giường của bạn cách tường ít nhất 15 cm (6 inch).
 - Không cất giữ bất cứ thứ gì trên giường.
- Tiếp tục bảo vệ giường của bạn
 - Không đặt bất cứ thứ gì trên giường. Không nên đặt túi xách, áo khoác hoặc bất kỳ thứ nào khác mà chỉ có thể có một con rệp ẩn trên đó lên giường của bạn.
 - Xử lý nhiệt tất cả giường chiếu ít nhất một lần một tuần cho đến khi hết rệp.
 - Kiểm tra bất kỳ dấu hiệu mới nào của rệp cho giường của bạn ít nhất một lần một tuần. Hút bụi cho giường và khung giường ít nhất một lần một tuần.

Bạn sẽ cần phải làm sạch và kiểm tra ít nhất một lần một tuần cho đến khi bạn chắc chắn rằng đã hết rệp. Việc này có thể mất vài tuần, tùy thuộc vào mức độ nghiêm trọng của việc nhiễm rệp, và, trong một tòa nhà nhiều gia đình, tất cả mọi người phối hợp với nhau như thế nào.

Một số biện pháp kiểm soát bằng hóa chất là gì?

(What are some chemical control measures?)

Tốt nhất nên để PCO thực hiện xử lý bằng hóa chất. PCO nên cung cấp cho bạn thông tin bằng văn bản về thời gian xử lý, những loại hóa chất sẽ được sử dụng, bạn sẽ cần phải ra khỏi nhà trong bao lâu và những gì bạn cần làm trước thời gian chuẩn bị. Họ cũng sẽ cho bạn biết bạn nên làm sạch những gì sau đó. Yêu cầu chủ nhà của bạn nếu bạn không được cung cấp thông tin.

Nên có thông tin về các biện pháp phòng ngừa cho những người nhạy cảm với mùi hóa chất. Nên kiểm tra với bác sĩ của bạn nếu bạn lo ngại về những người trong gia đình có sức khỏe kém hoặc những người đặc biệt nhạy cảm như trẻ sơ sinh, người cao niên hoặc những người có hệ miễn dịch yếu.

Chủ nhà những người muốn tự thực hiện xử lý bằng hóa chất nên biết rằng việc sử dụng các loại thuốc trừ sâu không đúng có thể làm cho họ bị bệnh. Hãy sử dụng tất cả hóa chất đúng cách. Điều này có nghĩa là bạn nên làm theo các hướng dẫn trên nhãn và đặt câu hỏi nếu bạn không hiểu các hướng dẫn.



Không sử dụng thuốc trừ sâu đúng cách có thể khiến rệp di chuyển tránh xa các loại thuốc trừ sâu. Chúng có thể di chuyển đến các khu vực mới để thoát khỏi thuốc trừ sâu. Một số hóa chất được phép sử dụng để chống lại rệp chỉ dành cho PCO được cấp phép.

Sử dụng thuốc trừ sâu trong nhà ở Alberta được kiểm soát bởi các quy định và Đạo luật Cộng cố và Bảo vệ môi trường. Thuốc trừ sâu ở Canada được Bộ Y Tế Canada cấp phép sử dụng.

Xử lý nhiệt

(Heat treatment)

Xử lý nhiệt là một quá trình chuyên ngành. Bạn phải có thiết bị đặc biệt và biết làm cách nào để làm nóng phòng có rệp tới một nhiệt độ đủ cao. Nếu phòng không đủ nóng, rệp có thể di chuyển đến một khu vực mới, mát hơn. Xử lý nhiệt không thay thế việc loại bỏ đồ lộn xộn, làm sạch và giám sát liên tục.

Chó rệp

(Bed bug dogs)

Có một vài loại chó ở Alberta được đào tạo để kiểm tra rệp. Có những thứ bạn sẽ được yêu cầu thực hiện trước khi chó đến. Chó có thể tìm rệp nhanh hơn so với một chuyên gia được đào tạo. Chó và người quản lý phối hợp với nhau để phát hiện rệp. Chú chó đó cần được đào tạo và cấp chứng nhận.

Để tìm hiểu thêm, hãy gọi văn phòng Sức khỏe Môi trường gần nhất:

- Calgary: (403) 943-2295
- Lethbridge: (403) 388-6689
- Edmonton: (780) 735-1800
- Red Deer: (403) 356-6366
- Grande Prairie: (780) 513-7517

Để được nhận tư vấn của y tá và thông tin về sức khỏe 24/7, vui lòng gọi cho Health Link theo số 811.

Current as of: March 15, 2018

Author: Environmental Public Health, Alberta Health Services

Tài liệu này chỉ dành cho mục đích cung cấp thông tin. Quý vị không nên sử dụng tài liệu này thay thế cho việc tư vấn, hướng dẫn và/hoặc điều trị y tế. Nếu quý vị có thắc mắc, hãy trao đổi với bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thích hợp.