

# 关于臭虫的常见问题

## (Common Questions about Bed Bugs)

臭虫的足迹遍布世界各地。这些红棕色的昆虫呈椭圆形，扁平状，没有翅膀。它们喜欢吸食人血，大多昼伏夜出，喜欢藏在食物来源附近，以便在清晨觅食。

未进食时，成年臭虫大约 5 毫米长，3 毫米宽。一旦进食，臭虫变得更长更宽，颜色呈暗红色。外形变化之大足以让人觉得是两种不同的昆虫。

每只雌性臭虫一次可产下约 200 颗卵。这些虫卵需要 10 天时间进行孵化。在理想条件（23°C 和定期进食）下，雌性臭虫一年最多可产三次卵（每年高达 600 颗卵！）。这些虫卵有粘性，在不受干扰的情况下，更加易于发育。臭虫发育成为成虫需要 2 个月。它们的耐饥性很强，在不进食的情况下可以存活一年以上！臭虫不会传播任何人类传染病。

### 为何现在关于臭虫的新闻原来越多？

(Why are we hearing more about them?)

在过去几年，臭虫虫害事件在全世界愈演愈烈。臭虫虫害事件增多的部分原因可能是：

- 国际旅行增多
- 杀虫剂使用的改变
- 不认识臭虫
- 不了解如何防治臭虫
- 对化学防治方法的耐受性提高

### 臭虫在哪些地方出没？

(Where are bed bugs found?)

有人的地方就有臭虫。臭虫喜欢躲藏在黑暗凉爽且靠近食物来源的地方（例如，人们睡觉的地方）。它们最喜欢的藏身之处是床罩和床垫（尤其在接缝处）。慢慢的，它们转移至床框和弹簧床架的裂隙（缝隙）处。虫害严重时，臭虫会散播到以下位置的缝隙处：

- 踢脚板
- 窗框和门框
- 画框
- 地毯
- 松脱的壁纸
- 开裂的石膏
- 点刻天花板的表面

移动藏有臭虫的衣物、床垫或家具时，虫害会跟着扩散。它们可以从一个房间爬到另一个房间，甚至从一个公寓爬到另一个公寓！它们可以通过藏在行李和衣物中进入住宅。如果您外出旅行，在将行李和衣物带回家之前请仔细检查。

## 我如何知道是否出现虫害？

(How do I know if there is an infestation?)

如果看到床单和床垫、寝具、墙壁等地方出现血迹和黑点，就应该知道有虫害。有时，您甚至可能会闻到一股淡淡的、带霉味的覆盆子味。

## 如何防治臭虫虫害？

(How do I control an infestation?)

您需要找到臭虫的所有藏身之处。由于它们通常只在晚上出来活动，所以很难发现。

### A. 非化学防治方法

(Non-Chemical Control)

#### 胶带或胶纸

(Sticky tape or glue paper)

您可以在各大五金店或园艺用品店买到粘胶纸。将粘胶纸放在墙壁、床腿或所有您能想到的地方。您还可以使用两面都有粘性的地毯胶带。

#### 运用高温

(Use Heat)

45°C 左右的温度就可以杀死臭虫。这意味着，您可以在裂缝和缝隙处使用蒸汽清洁器。

#### 吸尘器

(Vacuum)

使用吸尘器的喷嘴附件，清洁所有角落、床垫接缝以及软垫家具的缝隙。真空抽吸可以清除臭虫和虫卵。将所有垃圾和吸尘器袋装进塑料袋并放到外面。

#### 阻止臭虫爬行

(Stop Them from Climbing)

在家具腿上涂抹凡士林（例如 Vaseline®），或者用双面胶包裹家具腿，可以防止臭虫侵害家具。

#### 大扫除

(General Cleaning)

定期清洁房屋，清洗所有寝具和衣物，并经常使用吸尘器。已经清洁的衣物可以放入绑紧的塑料袋内。

## B. 化学防治 (Chemical Control)

### 喷雾剂和烟雾剂 (Sprays and Aerosols)

使用除虫菊酯喷雾剂或烟雾剂前，确保用吸尘器彻底清洁该区域。清除床罩、床垫、地板角落和家具上的灰尘和线头。将所有垃圾和吸尘器袋装进塑料袋并放到外面。

您可以在裂缝和裂隙处喷洒除虫菊酯烟雾剂，包括床垫接缝、床框、家具、电器盒、踢脚板、地毯边缘和松脱的壁纸。

除非产品标签说明允许，否则请勿对床垫或软垫家具使用除虫菊酯喷雾剂。喷雾剂主要用于地板的裂隙和裂缝处。

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。

Last Revised: March 15, 2018

Author: Environmental 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。