



Bằng cách nào tôi kiểm tra được rệp? (How do I inspect for bed bugs?)

Nếu bạn nghĩ có rệp, bạn cần kiểm tra thật kỹ để xem có rệp không và rệp đã lan ra tới đâu. Bắt đầu ngay sát nơi bạn ngủ. Tiếp tục tiến ra ngoài cho đến khi không còn dấu hiệu của rệp.

Chuẩn bị các dụng cụ dưới đây để bạn có thể tìm và dọn sạch rệp khi bạn đi:

- **Đèn pin** để soi vào những góc ngách tối, các vết nứt và trên bề mặt tối. Đôi khi, ánh sáng làm rệp giật mình. Chúng sẽ ngừng di chuyển trong vài phút rồi nhanh chóng tránh xa ánh sáng.
- **Kính lúp** để dễ phát hiện và xác nhận có rệp.
- **Dụng cụ dẹt** như một chiếc thẻ tín dụng cũ hay dao trát mỏng để buộc rệp ra khỏi các vết nứt và khe hở.
- **Túi nhựa** để bắt và loại bỏ bất kỳ con rệp nào bạn tìm thấy.
- **Khăn giấy** để dọn sạch và bóp bẹp rệp
- **Máy hút bụi có dụng cụ có kẽ hở** để hút sạch rệp mà bạn tìm thấy.
- **Xô nước pha xà phòng và miếng bọt biển** để dọn sạch các dấu hiệu của rệp (như các đốm nâu hoặc đỏ trên đệm). Việc này giúp dễ dàng theo dõi các dấu hiệu mới của rệp hơn.

Xem các vị trí dưới đây và bất cứ nơi nào khác mà một rệp có thể ẩn náu trong:

- **Giường:** Nhìn dọc các đường nối của nệm, giữa nệm và lò xo và trên tất cả các cạnh của khung giường, bao gồm cả mặt dưới và phía sau đầu giường.
- **Đồ nội thất khác trong phòng ngủ:** Dọc đường rãnh ngăn kéo, mặt dưới của ngăn kéo và bất kỳ vết nứt và khe hở ẩn và các mối nối giữa các bộ phận của đồ nội thất.
- **Phòng:** Nhìn dọc các ván chân tường và dọc theo viền khác như xung quanh các bức tường và cửa ra vào. Nhìn phía sau các bức tranh hay bất cứ thứ gì khác treo trên tường, kể cả trong các vết nứt trên tường thạch cao và dưới giấy dán tường bị rách.
- **Tim trong và dưới các đồ vật nhỏ hơn như sách, đồng hồ, đồ chơi và bất cứ thứ gì khác nhỏ ở trong phòng.**

Di chuyển đến phòng tiếp theo và lặp lại việc kiểm tra.

Sau khi bạn đã kiểm tra và vệ sinh xong, bạn sẽ biết rệp đã lây lan tới đâu.

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.

Last Revised: March 15, 2018

Author: Environmental 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.