



我該如何因應臭蟲蟲害？ (How do I treat a bed bug infestation?)

因應之道

(Treatment)

臭蟲蟲害處理起來並不簡單。您必須同時做好幾件事：

1. 將蟲害區域交由蟲害防治業者 (PCO) 處理。
2. 斷捨離：這意味著丟棄您不再需要的一切物品。在向 PCO 諮詢之前，請勿丟棄任何家具。PCO 會告知您可處理與無法處理的項目。
3. 清潔：使用吸塵器及吸塵器的管嘴工具清潔所有可能藏有臭蟲的地方。
4. 清洗：盡可能將所有臭蟲痕跡洗乾淨。如此一來，您下一次檢查時就比較容易發現臭蟲出沒的新跡象。
5. 洗衣：高溫烘乾機的熱度可滅除處於各個生命階段的臭蟲。
6. 隔離：一旦將物品內的臭蟲清除，就把這些物品與任何您知道還留在家中的臭蟲隔離。
7. 處理您的臥室：
 - 清除臥床裡的臭蟲。
 - 取下床裙，以免臭蟲藉以爬行。
 - 用吸塵器清潔臥床的所有區域。這包括床墊的所有表面及彈簧床座、床框 (包括內側)、床頭板及床頭板背面。
 - 清洗床單、毛毯、床罩及枕頭並將之放入烘乾機高溫烘乾 30 分鐘，以滅除藏在其中的所有臭蟲。烘乾機不要放得太滿，否則衣物的烘乾溫度可能會不夠高。
 - 保護您的臥床。
 - 把床墊及彈簧床座包起來。這表示您應使用有六面的特殊拉鍊密封外罩。外罩外側應註明「抗臭蟲」字樣。罩好床墊後，至少 1 年不要打開。您也可以把防臭蟲罩當作床墊罩使用，並一直不拆除。臭蟲無法在物品上啃咬孔洞，因此，使用防臭蟲罩後，被困在裡面的所有臭蟲都會死亡，而且新的臭蟲也無法進入。這些防臭蟲罩外側沒有接縫或滾邊，所以其外側沒有任何可供臭蟲藏身之處。
 - 床用攔截器
 - 攔截器是一種由厚實、光滑、閃亮塑膠製成的淺口碟狀物。攔截器中央有一個可穿過床腳的洞，而且洞的周圍還有溝槽。這些設計可困住任何想要往上爬出攔截器邊緣的臭蟲。
 - 攔截器的原理是臭蟲不喜歡在光滑、閃亮或黏性的表面上爬行。
 - 您可向蟲害防治公司購買攔截器。



- 自製攔截器材料：
 - 在床腳周圍包上雙面膠帶
 - 在床腳塗上一層凡士林
 - 把內側光滑的容器 (例如，人造奶油盒、玻璃罐) 放在床腳下，並在底部放上一些物質來困住臭蟲 (植物油、滑石粉或塗上一層凡士林皆可)
- 不要把任何有毒物質放在孔洞底部。殺蟲藥粉的殺蟲力很強，但可能會導致呼吸問題，特別是長期曝露時。
- 隔離您的臥床
 - 讓您的臥床至少距離牆壁 15 公分 (6 英吋)。
 - 不要在床上存放任何東西。
- 持續保護您的臥床
 - 不要在床上放置任何東西。不應將袋子、外套或臭蟲可能藏身其中的任何其他物品放在床上。
 - 每週至少以高溫處理所有寢具一次，直到所有臭蟲消失為止。
 - 每週至少檢查一次您的臥床是否有新的臭蟲出沒跡象。每週至少用吸塵器清潔臥床和床框一次。

您至少需一週清潔並檢查一次，直到您確定臭蟲已消失為止。這可能需要幾週的時間，視臭蟲侵襲的嚴重度而定，若是在多家庭的大樓內，則要視每個人的合作情況而定。

有哪些化學防治措施？

(What are some chemical control measures?)

化學處置最好由 PCO 執行。PCO 應為您提供書面資訊，此資訊會告知您處理的時間、所用的化學品、您需留在屋外的時間長短，以及您應事先做好哪些準備工作。這份資訊也應告知您在處理作業後應該做哪些清潔工作。若您沒有獲得該資訊，請詢問您的房東。

應有提供給聞到化學品氣味會過敏者的預防措施資訊。若您擔心家中健康狀況不佳的家人或特別敏感的人 (如幼兒、老人或免疫系統較弱者) 受到影響，您可向醫師洽詢。

想要自行進行化學處理的屋主應了解，殺蟲劑使用不當可能會致病。請適當使用所有化學品。這表示您應遵守標籤上的指示，若您不了解指示，請提問。

殺蟲劑使用不當可能只會讓臭蟲遠離殺蟲劑。牠們可能會遷移到新的區域，以躲避殺蟲劑。某些可用於防治臭蟲的特許化學品只有特許的 PCO 可以取得。

亞伯達省住宅殺蟲劑的使用受環境保護及加強法案 (Environmental Protection and Enhancement Act) 與法規限制。加拿大的殺蟲劑僅允許由加拿大衛生部使用。



高溫處理

(Heat treatment)

高溫處理是一種特殊的流程。您必須具有特殊設備，而且要了解如何將有蟲害的房間加溫到夠高的溫度。如果房間的溫度不夠高，臭蟲可能會遷移到較涼爽的新區域。高溫處理無法取代清空物品、清潔打掃及持續監控。

臭蟲探嗅犬

(Bed bug dogs)

亞伯達省有幾隻狗受過專門訓練，可探嗅出臭蟲。在臭蟲探嗅犬抵達之前，您將會被要求做一些事情。臭蟲探嗅犬找到臭蟲的速度比受過訓練的專家還快。臭蟲探嗅犬及其訓練者會一起查找臭蟲。臭蟲探嗅犬應接受訓練並獲得認證。

欲知詳情，請電洽您就近的環境健康辦公室：

- 卡加利 (Calgary) : (403) 943-2295
- 萊斯布里奇 (Lethbridge) : (403) 388-6689
- 埃德蒙頓 (Edmonton) : (780) 735-1800
- 紅鹿市 (Red Deer) : (403) 356-6366
- 大草原市 (Grande Prairie) : (780) 513-7517

如需全天候 24 小時護理師建議與健康資訊，請致電 811 聯絡 Health Link。

Current as of: March 15, 2018

Author: Environmental Public Health, Alberta Health Services

此資料僅供參考。不可取代醫療建議、醫囑和/或治療。如果您有問題，請諮詢您的醫師或適當的醫療照護人員。