

Let's Beat the Bug!

Ntsiab lus:

- Uas siab ntev thaub koj nrhiav cov kab no.
 - Muaj cov cuabyeej no nrog koj thaub koj nrhiav cov kab:
 - Teem rom
 - Ib daim phaib
 - Ntaub nplaum
 - Ib daim ntaub thiab dej kub nrog xum npum
 - Hnab yas
 - Pam pua saum txaj
 - Tu ib qhov chaws rau koj cov txaj thiab rooj zaum.
 - Nrhiav cov kab uas tom neeg saum txaj
 - Qhov chaw koj zaum thiab pw.
 - Hauv koj lus txaj thiab ntug txaj.
 - Tej phab ntsa es tau tawg lawm los
 - Thaum koj nrhiav tau cov kab no muab lauv tua tamsim ntawd.
 - Yam kev tu no yuav tua tsis tauj tag nro cov kab no tiam sis yuav tsawg zuj zus.
- Nco ntsoov hais tias cov kab uas tom neeg saum txaj me me, pliab thiab ceev heev.

Yog koj xav paub ntiv txhog cov kab no hus rau 612-624-2200 los yog 1-855-644-2200, los mus rau pib daim vamsab hus ua bedbugs@umn.edu, www.bedbugs.umn.edu

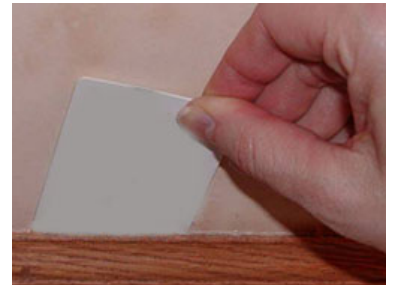
Thaum tua cov kab uas tom neeg saum txaj nrog koj ob txhais tes

Thaum yus tua cov kab no koj tus keeg, xyuam xim nrhiav zoo zoo thiab tua pov tseg. Yuav tsum mus tshawb toob plaws yus lub tsev. Yam no, yuav tua tsis tauj tag nro cov kab no tiam sis yuav tsawg zuj zus.

Cov cuabyeej tua cov kab uas tom neeg saum txaj.

Cov cuabyeej tua cov kab no yoojyim nrhiav tim tsev muag khoom. Cov cuabyeej tua cov kab uas tom neeg saum txaj yog cov no:

- **Teem rom:** Cov kab no nyiam nkaum hauv teb chaws tsaus ntuj. Lawv yog xim liab daj tiam sis yog lawv tsis tau noj mov ces lawv zoo li xim kas fes. Yog vim li no, thiaj li nyuaj nrhiav. Sib lus teem rom mus tib seem tej phab ntsa.
- **Ib daim phaib:** Sib daim phaib nrhiav cov kab nyob tim tej phab ntsa es tau tawg lawm.
- **Ntaub nplaum:** Sib cov ntaub nplaum uas kaj lug thiaj li soj ntsuam saib kom meej thiab puas yog cov kab tom neeg saum txaj.
- **Ib daim ntaub thiab dej kub nrog xum npum:** Muab daim ntaub ntub cov dej kub nrog xum npum los so tej chaws uas koj ho xav muaj cov kab no nyob. Thaum so tas lawv, nro qab mus saib ib lwm ntxiv vim hais thiab tahum muaj ib yam khoom kub cov kab no yauv nti. Uas zoo saib, vim hais tias thaum koj sib cov dej kub no tag ces cov ntaub nplaum yuav tsis nplaum zoo.
- **Hnab yas :** Cov pab thiab khaub ncaws uas cov kab no tau kis rau yuas tsum muab ntis hauv ib lus hnab yas.
- **Pam pua saum txaj :** Cov pam pua saum txaj no yog ib ho hnab loj uas yus muab khwb lus txaj. Lus hnab no yuav ua cov kab tawm tsis tau thiab yoo tshaib tuag. Txua lus txaj hauv koj lus tsev yuav tsum muaj luj hnab no lo khwb tshaj ib xyoo.



Kev tsim koj lus tsev huv du dais.

Thaum yus yuav tua cov kab no, yus yuav tswm tsem tej txaj thiab rooj zaum kom yus lus tsev huv du dais.

Pib tu tej phab ntsa nrog daim phaib. Muab daim phaib dawj tej phab ntsa es tau tawg lawm. Piv txwv hais thiab yog koj tu cov plag tsev sib daim

Let's Beat the Bug!

plhaib lo dawj tag nrho tej phab ntsa. Yog hais tias daim plag tsev tsis muab ib daim ntaub pua, ces sib ib daim ntaub los so los yog ib tug pas txhuam tsev. Mus saib ib lwm ntxiv vim hais thiab tahum muaj ib yam khoom kub cov kab no yauv nti. Yog hais tias koj muaj daim ntaub pua tsev, ces nqus qov chaws ntawd. Mus saib qov no, *"Vacuuming Items to Capture Bed Bugs,"* kom pab qhiav koj tu koj lus tsev.

Muab koj cov khoom faim kom nyias nyob nyias thiaj li yoojyim tu. Mus saib: *"Laundering Items to Kill Bed Bugs"* yog koj xav pau ntxi.

Kev tshawb nrhiav kab tom neeg saum txaj

Muaj koj cov cuabyeej cia zes koj thaum koj nrhiav cov kab no. Nco ntsoov nrhiav lawv cov qe, plhaub zeej thiab quav. Yog koj xav pau ntxiv thiab xav tau kev pab nrhiav cov kab no ces mus saib daim ntawv no, *"Puas yog kuv nrhiav taum ib tug kab uas tom neeg saum txaj?"*

Pib soj ntsuam lub txaj tag nhro. Saib saum nto, hauv qab thiab ntug txaj tibi.

Soj ntsuam lus ntug txaj kom zoo vim hais tias cov kab no nyiam nkaum hauv. Soj ntsuam cov ntoo thiab tej qov chaws tawg hauv lus ntug txaj. Thaum koj soj ntsuam tag ces koj muaj daim ntaub nro qab los lo rau.

Soj ntsuam txhua txhua qov chaws nyob rau hauv lus ntug txaj. Lus taub hau thiab ko taws txaj yog qov chaws uas cov kab no nyiam nyob tshaj. Soj ntsuam saib tag nrho tej qhov nyob rau hauv lub txaj.



Soj ntsuam ntug txaj seb puab muaj kab uas tom neeg saum txaj



Saib tag rog lus txaj thiab ntug txaj

khoom seb yuav tu licas.

Thaum tag nrho cov rooj tog txaj chaws, ces koj yuav tsum soj ntsuam hauv qab tibi. Sib ntaub los yog phuam los tiv thaiv koj cov rooj tog txaj chaws.

Tu ntxiv mus kom koj cov rooj tog txaj chaws huv du dais thiab kom lawm nyob rau ib qov chaws huv.

Thaum koj soj ntsuam lus txaj tag, pib ntxiv mus soj ntsuam luv yam rooj tog txaj chaws uas nyob hauv lus chav ntawd. Soj ntsuam tej rooj tog txaj chaws uas loj tshaj vim hais tias nws yuas yoojyim pheej tid phab ntsa.

Soj ntsuam txhua txhua qov chaws nyob hauv tej rooj tog txaj chaws. Soj ntsuam seb puav muaj puab los yog puav muaj tej qhov.

Tsem tag nrho cov tub rau khoom thiab soj ntsuam txhua txhua qov chaws. Tsem tej khoom nyob hauv lus tub rau



Tshem cov ntaub uas ntej koj soj ntsuam lus ntug txaj

Let's Beat the Bug!

Yog hais thiab koj qhov chaws huv tsis txaus tag nrho koj cov rooj tog txaj chaws ces tseb koj cov khoom mus rau lwm qhov kom.

Thaum koj soj ntsuam tag nrho cov rooj tog txaj chaws ces soj ntsuam cov phab ntsa thiab qhov nyob rau huav lus chav.

Thaum koj tu tag lawv, ces muaj tag nrho cov khoom nro qab cia li qub thiab ntxhua tej yam khoom es koj xav ntxhua. Yog muaj tej yam khoom koj tsis taub soj ntsuam koj yuav tsum muab pov tseb los yog sib lwb yam kev pab tiv thaiv.

Peb xav hais tias yam zoo tshaj yog kom nej yuav ib daim ntaub puab saum toj lus txaj hus uas mattress encasements. Lus hnav no yuav tiv thaiv kom cov kab uas tom neeg saum txaj lo nyob tsis tau thiab pab yav tom ntej.

By Amelia Shindelar and Dr. Stephen Kells, 2011

Translated by Yer Yang

Funding for "Let's Beat the Bug" Campaign provided by the United States Environmental Protection Agency and MDA. Additional assistance from the Minnesota Department of Health was greatly appreciated.

In accordance with the Americans with Disabilities Act, this information is available in alternative forms of communication upon request by calling 651/201-6000. TTY users can call the Minnesota Relay Service at 711 or 1-800-627-3529.

The University of Minnesota and MDA are equal opportunity educators and employers.

