

Hãy Tiêu Diệt Sâu Bọ!

Tóm Tắt:

- Hãy dành thời gian khi tìm kiếm rệp.
- Cầm những dụng cụ này trên tay khi tìm kiếm rệp:
 - Đèn pin
 - Thẻ bài hoặc thẻ tín dụng cũ
 - Cuộn băng dính
 - Vải và nước xà phòng nóng
 - Túi nhựa
 - Túi nệm
- Tạo một khu vực sạch để quý vị có thể đặt các vật dụng đã kiểm tra rệp.
- Tìm kiếm rệp
 - Nơi quý vị ngồi và nơi quý vị ngủ
 - Trong nệm, bọc kê nệm, khung giường và bộ đồ giường
 - Trong các vết nứt và khe hở trong đồ nội thất ở phòng ngủ, ván lát sàn, gờ chân tường, cửa sổ, khung cửa và các ổ cắm điện
- Khi quý vị tìm bắt rệp hoặc tiêu diệt bất kỳ con rệp nào quý vị tìm thấy.
- Phương pháp này sẽ không tiêu diệt tất cả rệp nhưng sẽ giúp giảm lượng rệp trong nhà của quý vị.

Hãy nhớ rằng, rệp rất nhỏ, bẹ và nhanh.

Để biết thêm thông tin, liên hệ đường dây nóng về rệp theo số 612-624-2200, 1-855-644-2200 bedbugs@umn.edu, hoặc truy cập www.bedbugs.umn.edu

Kiểm Soát Rệp Thủ Công

Tự mình kiểm soát rệp bắt đầu bằng việc tìm rệp kỹ càng và nghiền nát chúng hoặc bắt chúng. Để thành công quý vị phải kiên nhẫn và kiểm tra tất cả các nơi mà rệp có thể ẩn nấp. Phương pháp này sẽ không tiêu diệt tất cả con rệp cùng lúc, nhưng có thể làm giảm lượng rệp trong nhà của quý vị nếu được thực hiện nhiều lần.

Những dụng cụ cần thiết để tiêu diệt rệp thủ công

Những dụng cụ cần thiết để tìm và tiêu diệt rệp dễ dàng sử dụng và được bán tại các cửa hàng ngũ kim hoặc xung quanh nhà của quý vị. Những dụng cụ này bao gồm:

- **Một đèn pin:** Rệp ẩn nấp trong các khu vực tối và trong các vết nứt và khe hở. Rệp thường có màu đỏ sẫm đến màu nâu, nhưng chúng có thể có màu nâu nhạt nếu chúng thiếu ăn. Điều này khiến cho việc nhìn thấy chúng trở nên rất khó khăn. Khi tìm kiếm rệp hãy giữ đèn pin song song với bề mặt được kiểm tra, điều này sẽ khiến cho trứng và rệp nhỏ tạo ra bóng, giúp dễ tìm thấy chúng hơn.
- **Một thẻ bài hoặc thẻ tín dụng cũ:** Sử dụng thẻ bằng nhựa hoặc được phủ nhựa giúp cạnh thẻ đẩy được vào các vết nứt và khe hở. Bằng cách di chuyển cạnh thẻ dọc theo các vết nứt và khe hở, quý vị có thể đẩy được rệp ra khỏi nơi chúng có thể bị bắt hoặc bị tiêu diệt.
- **Một cuộn băng keo:** Băng vận chuyển bằng nhựa trong suốt, rộng là lựa chọn tốt vì nó giúp quý vị bắt rệp, và giúp nhìn được rệp gần hơn để xác nhận rằng đó là rệp. Khi quý vị thấy côn trùng, hoặc khi quý vị đang đào dọc theo các vết nứt và khe hở, để cạnh dính của băng được tiếp xúc để bẫy rệp nhanh chóng.
- **Một miếng vải và nước xà phòng nóng:** Cũng giống như băng dính, miếng vải với nước nóng có thể có ích trong việc bắt rệp. Có một xô nước thuận tiện và khi quý vị lau một khu vực, hãy kiểm tra bề mặt vải xem có rệp không và sau đó nhúng vải vào xô nước. Vắt vải để loại bỏ nước dư; quý vị không cần phải ngâm bề mặt quý vị đang lau. Ngoài ra, hãy kiểm tra khu vực quý vị vừa lau vì nhiệt có thể khiến rệp đổi di chuyển. Miếng vải đặc biệt hiệu quả khi quý vị phát hiện một cụm hoặc nhóm rệp. Hãy nhớ rằng bề mặt ẩm ướt sẽ làm giảm hiệu quả của băng dính được dùng làm phương pháp bẫy.
- **Túi nhựa:** Túi mua sắm và túi rác đều có ích để giữ các vật dụng như quần áo và bộ đồ giường có thể bị phá hoại. Đặt các vật dụng bị phá hoại vào túi sẽ giúp quý vị di chuyển các vật dụng này mà không lây lan rệp vào các khu vực khác.
- **Túi Nệm:** Túi nệm là "túi vải" lớn để đặt nệm vào trong đó. Sau khi kéo khóa lại, bất kỳ con rệp nào còn sống sẽ dần dần chết đói. Quý vị sẽ cần một túi cho từng nệm và bọc kê nệm trong nhà của quý vị. Nếu rệp ở trong nệm hoặc bọc kê nệm, chúng sẽ bắt đầu chết trong vòng hai tuần, bên trong túi nệm, nhưng phải bọc túi nệm trong ít nhất 18 tháng.



Hãy Tiêu Diệt Sâu Bọ!

Có rất nhiều loại túi nệm do đó điều quan trọng là đảm bảo rằng quý vị sử dụng túi được thiết kế để kiểm soát rệp.

Thiết Lập Khu Vực Sạch

Để bắt đầu việc tìm kiếm rệp của quý vị, hãy thiết lập một khu vực sạch mà quý vị có thể di chuyển đồ nội thất và các vật dụng đã được kiểm tra và làm sạch để giảm nguy cơ tái lây nhiễm của rệp.

Bắt đầu ở các góc và dọc theo các cạnh tường hờ. Bằng thẻ, xem liệu quý vị có thể đào các thứ ra khỏi các vết nứt và khe hở không. Đi đường dọc theo các vết nứt và khe hở. Ví dụ, nếu quý vị đang kiểm tra ván chân tường dọc theo sàn nhà, xem liệu quý vị có thể nhận được thẻ giữa ván chân tường và sàn nhà không, cũng như phần trên của ván chân tường và tường không. Nếu quý vị có gạch hoặc sàn gỗ trơn, hãy cân nhắc sử dụng một miếng vải ẩm hoặc sắp xếp để lau sàn nhà. Không sử dụng quá nhiều nước vì sàn nhà có thể bị trơn. Hãy tìm bất cứ thứ gì chuyển động sau khi quý vị lau sàn nhà. Nếu quý vị trải thảm các khu vực, hãy hút bụi khu vực sạch. Xem "*Hút Bụi Các Vật Dụng để Bắt Rệp*" (www.bedbugs.umn.edu/bed-bug-control-in-residences/vacuuuming-to-capture-bed-bugs) Đừng quên kiểm tra tranh ảnh và các vật dụng khác trên tường này.

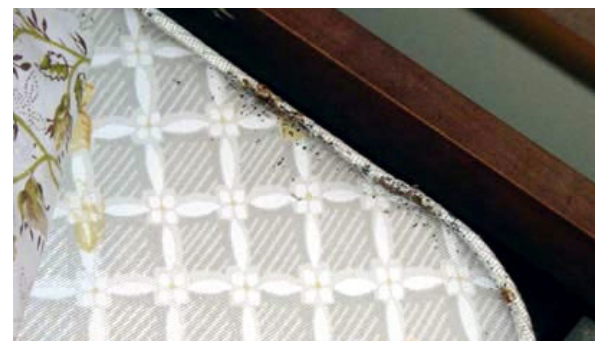
Bây giờ quý vị đã sẵn sàng để kiểm tra các vật dụng khác và đặt chúng vào khu vực sạch. Khi quý vị tiếp tục di chuyển các vật dụng vào khu vực sạch, nhiều phòng sẽ mở và quý vị có thể mở rộng khu vực sạch này. Việc sử dụng phương pháp này có nghĩa là quý vị sẽ không phải di chuyển đồ nội thất và các vật dụng nhiều hơn hai lần. Điều này sẽ giúp quý vị tập trung vào việc tìm kiếm rệp, chứ không phải di chuyển đồ nội thất.

Sắp xếp quần áo, bộ đồ giường, và các vật dụng khác có thể giặt được. Càng ít vật dụng phải kiểm tra thì có nghĩa là công việc càng dễ dàng hơn. Xem: "*Giặt Các Vật Dụng để Tiêu Diệt Rệp*" (www.bedbugs.umn.edu/bed-bug-control-in-residences/laundrying-bedbug-control)

Tìm Kiếm Rệp

Với các dụng cụ của quý vị, hãy bắt đầu tìm kiếm rệp. Hãy nhớ những loại quý vị đang tìm là: rệp trưởng thành, rệp nhỏ, trứng, da đã thay và các đốm phân. Thông tin thêm về cách xác định rệp có thể được tìm thấy trong tờ thông tin có tiêu đề "*Tôi đã tìm thấy Rệp phải không?*" (www.bedbugs.umn.edu/have-i-found-a-bed-bug)

Bắt đầu từ giường, bao gồm nệm, bọc kê nệm và khung giường. Trước tiên kiểm tra các khu vực có thể nhìn thấy. Nhìn dọc theo tất cả các cạnh và góc. Ngoài ra kiểm tra dọc theo tất cả các đường



Nhìn dọc theo các cạnh và góc nệm xem có dấu hiệu của rệp không

chỉ khâu và nhãn nệm. Năm mặt của nệm có thể được kiểm tra khi nệm ở trên giường. Khi quý vị kết thúc việc kiểm tra các mặt trên, sau đó quý vị có thể dựng nệm thẳng đứng, để quý vị có thể kiểm tra phần dưới nệm.

Lặp lại việc tìm kiếm tương tự này như với bọc kê nệm. Điểm khác nhau duy nhất là bọc kê nệm thường có tấm bảo vệ cạnh bằng nhựa và miếng vải lỏng được gọi là "vải bọc" ghim lên mặt dưới. Những đường may nổi và cạnh này trên mặt dưới bọc kê nệm là



Gỡ bỏ vải bọc khi kiểm tra bọc kê nệm

Hãy Tiêu Diệt Sâu Bọ!

nơi rệp rất thường ẩn nấp. Để đảm bảo không có rệp bên trong bọc kê nệm, quý vị phải tháo bỏ vải bọc và kiểm tra gỗ, các vết nứt và khe hở và lỗ đinh vít bên trong. Sau khi kiểm tra, có thể ghim lại vải bọc tại chỗ.

Kiểm tra tất cả các mép của khung giường, ngay cả khi đó khung kim loại. Chú ý trường hợp khung được nối lại với nhau và các bộ phận chồng chéo nhau. Tấm ván đầu giường và tấm ván chân giường là những khu vực đặc biệt có thể xuất hiện rệp đầu tiên. Kiểm tra kỹ lưỡng tất cả các bề mặt, và nhìn kỹ vào bất kỳ khe, lỗ đinh vít và vết nứt nào trong đồ nội thất.

Sau kiểm tra giường xong, tiếp tục kiểm tra đồ nội thất trong phòng. Tốt hơn, nên kiểm tra đồ nội thất lớn trước vì chúng có thể được đặt dựa an toàn vào tường, trong khu vực sạch, và các vật dụng khác có thể được đặt xung quanh đồ nội thất lớn hơn.



Kiểm tra khung giường xem có dấu hiệu của rệp không

Trước tiên bắt đầu từ những khu vực đồ nội thất có thể nhìn thấy. Nhìn dọc theo tất cả cạnh, góc và phần nhô ra. Nhìn kỹ các chi tiết đúc và bất kỳ khoảng hở nào. Di chuyển đồ nội thất ra khỏi tường và kiểm tra phía sau lưng. Nhìn kĩ đường may dọc theo tấm ván chống và bất kỳ lỗ đinh vít nào.

Gỡ bỏ bất kỳ ngăn kéo nào và kiểm tra tất cả các mặt, góc và cạnh. Gỡ bỏ các vật dụng ra khỏi ngăn kéo và sắp xếp để giặt hoặc xử lý thích hợp khác.

Khi đồ nội thất trống rỗng, quý vị sẽ cần phải kiểm tra dưới đáy. Quý vị có thể phải nhờ hỗ trợ di chuyển đồ nội thất và đặt sang bên. Hãy chắc chắn quý vị thực hiện các bước để bảo vệ bề mặt hoàn thiện của đồ nội thất – sử dụng khăn hoặc vật dụng mềm chèn giữa các đồ nội thất và sàn nhà.

Tiếp tục kiểm tra đồ nội thất và các vật dụng khác cho đến khi mọi thứ đều ở trong khu vực sạch. Quý vị có thể phải mở rộng khu vực sạch lên hai hoặc ba lần để chứa tất cả mọi vật dụng. Để mở rộng khu vực sạch hãy làm theo các bước tương tự quý vị đã sử dụng để tạo ra khu vực sạch ban đầu.

Sau khi quý vị kiểm tra xong tất cả đồ nội thất và các vật dụng trong phòng, hãy kiểm tra các khu vực còn lại của phòng không nằm trong khu vực sạch. Như đã mô tả ở trên, hãy kiểm tra dọc theo ván chân tường, và trong bất kỳ vết nứt hoặc khe hở nào khác.

Sau khi quý vị đã kiểm tra xong, hãy đặt đồ nội thất trở lại và giặt đồ đạc. Bất cứ vật dụng nào không được kiểm tra sẽ phải trải qua một trong các phương pháp kiểm soát khác (làm đông, hơi nước) hoặc quý vị sẽ phải cân nhắc việc vứt bỏ vật dụng.

Quý vị được khuyến cáo nên bọc túi nệm lên nệm và bọc kê nệm. Túi nệm làm giảm số lượng khu vực quý vị sẽ phải kiểm tra lại và giúp dễ tìm và kiểm soát rệp hơn trong tương lai.

Đã cập nhật vào ngày 29 tháng 9 năm 2014

Bởi Amelia Shindelar và Tiến Sĩ Stephen Kells, 2012

Tài trợ cho Chiến Dịch "Hãy Tiêu Diệt Sâu Bọ" do Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường Hoa Kỳ và MDA thực hiện. Ngoài ra, chiến dịch còn có sự hỗ trợ tuyệt vời từ Sở Y Tế Minnesota.



Theo Đạo Luật về Người Mỹ Khuyết Tật, thông tin này được cung cấp sẵn dưới nhiều dạng thông báo khác nhau theo yêu cầu bằng cách gọi số 651/201-6000. Người dùng TTY có thể gọi tới Dịch Vụ Tiếp Âm Minnesota theo số 711 hoặc 1-800-627-3529.

Đại Học Minnesota và MDA là những nhà giáo dục và nhà tuyển dụng mang lại cơ hội bình đẳng.

