

# HÃY PHÒNG CHỐNG RỆP

Những mẹo nhỏ hữu ích giúp phòng chống sự phá hoại của rệp giường



Bất kỳ ngôi nhà nào, dù là sang trọng hay giản dị, dù sạch sẽ hay mất vệ sinh, cũng đều có thể trở thành nơi trú ẩn của rệp. Không có gì phải xấu hổ nếu lũ rận rệp này tấn công nhà bạn. Điều quan trọng là cần phải hành động nhanh chóng để diệt trừ chúng.

## RỆP GIƯỜNG LÀ GÌ?

- Rệp giường trưởng thành là một loại côn trùng có kích thước và màu sắc giống hạt táo.
- Chúng cắn hút máu người vào ban đêm để sống.
- Vết cắn của rệp trông giống vết muỗi đốt.
- Chúng sợ ánh sáng và thường trốn trong phòng ngủ, gần giường ngủ và dọc theo đường may của nệm.
- Rệp giường không bay hay bung nhảy lên người. Chúng di chuyển bằng cách bò.



## RỆP GIƯỜNG GÂY RA MỐI NGUY HIỂM GÌ ĐỐI VỚI SỨC KHOẺ?

- Rệp giường không truyền bệnh.
- Vết cắn của chúng có thể gây ngứa ngáy.
- Gãi tại vết cắn có thể gây viêm da.
- Rệp giường có thể gây ra một số vấn đề, chẳng hạn như làm xáo trộn giấc ngủ, gây ra tâm lý lo lắng và tình trạng cách ly xã hội.

## LÀM CÁCH NÀO ĐỂ PHÁT HIỆN RA RỆP GIƯỜNG?

Nếu bạn không nhìn thấy rệp giường, hãy tìm kiếm những manh mối sau:

- Vết rệp cắn giống như vết muỗi đốt
- Da bị ngứa ngáy
- Những đốm đen ở đường may của nệm
- Vết máu nhỏ dính trên trải giường và đường may nệm



## RỆP LÂY LAN BẰNG CÁCH NÀO?

- Bằng cách di chuyển từ căn hộ này sang căn hộ kia trong một tòa nhà
- Bám trên nhiều đồ vật khác nhau và được mang đi trên những đồ vật đó:
  - Va li, túi xách tay, quần áo, v.v...
  - Đồ nội thất, đặc biệt là nệm và đồ bọc vải, chẳng hạn như ghế bành và ghế sofa.

## LÀM CÁCH NÀO ĐỂ PHÒNG NGỪA SỰ TẤN CÔNG CỦA RỆP GIƯỜNG?

Đừng bao giờ mang nệm hay đồ nội thất như ghế sofa, ghế bành, sofa giường hay nệm futon mà bạn thấy ở ngoài đường về nhà, ngay cả khi chúng có vẻ như đang ở trong tình trạng tốt, bởi vì chúng có thể có rệp giường.

Nếu bạn mang quần áo cũ đã qua sử dụng về nhà:

- Hãy cho quần áo vào một túi ni lông và buộc túi thật chặt trước khi mang quần áo vào nhà.
- Đổ tất cả quần áo trong túi trực tiếp vào máy sấy và bật máy sấy chạy ở chế độ cao nhất trong vòng ít nhất 30 phút để tiêu diệt rệp giường và trứng của chúng.
- Vắt túi ni lông vào thùng rác bên ngoài nhà.

Nếu bạn mua đồ nội thất đã qua sử dụng:

- Hãy kiểm tra và lau chùi kỹ lưỡng trước khi đem đồ vào tòa nhà nơi bạn sinh sống.
- Tránh mua nệm hay đồ nội thất bọc vải đã qua sử dụng.

## VẮT BỎ NỆM HAY ĐỒ NỘI THẤT NHIỄM RỆP NHƯ THẾ NÀO

Nếu người diệt côn trùng yêu cầu bạn bỏ những đồ vật này, hãy rạch xé vải bọc hoặc tiêu hủy chúng. Dùng túi ni lông lớn bọc nệm trước khi đưa nệm ra khỏi nơi sinh sống của mình (túi ni lông lớn được phát miễn phí tại văn phòng Accès Montreal).

## VIỆC TRỪ KHỬ

Người thuê nhà có trách nhiệm thông báo ngay lập tức cho chủ nhà khi phát hiện ra rệp giường trong nhà của mình.

## CHUẨN BỊ NHÀ CỬA SẴN SÀNG CHO NGƯỜI DIỆT CÔN TRÙNG XỬ LÝ

Để đảm bảo diệt rệp thành công, người thuê nhà phải hợp tác với chủ nhà và tuân thủ chặt chẽ hướng dẫn của người diệt côn trùng, chẳng hạn như:

- Dọn trống buồng riêng và ngăn kéo tủ. Cho tất cả quần áo, bộ đồ giường (ra, tấm bọc nệm, chăn mền, khăn trải giường) và màn cửa vào máy sấy và bật máy chạy ở chế độ cài đặt cao nhất trong vòng ít nhất 30 phút để diệt rệp và trứng của chúng.
- Cất giữ tất cả quần áo, bộ đồ giường và màn cửa trong túi ni lông buộc chặt cho đến khi việc trừ khử rệp kết thúc.
- Dọn dẹp những đồ bừa bộn để tạo điều kiện thuận lợi cho công việc của người diệt côn trùng.
- Dùng máy bụi hút sạch bụi ở tất cả mọi nơi trong nhà, kể cả bên dưới đồ nội thất, bên trong tủ, ván gỗ ốp chân tường, v.v...Đổ rác từ máy hút bụi vào một túi ni lông, buộc túi thật chặt và vất vào thùng rác bên ngoài nhà.
- Cùng người diệt côn trùng kiểm tra trước khi vất bỏ nệm và đồ nội thất bọc vải. Nếu đồ vẫn còn trong tình trạng tốt thì có thể xử lý những món đồ này.
- Đừng mang đồ nội thất mới về nhà cho đến khi công việc diệt trừ rệp kết thúc hoàn toàn.

Để đảm bảo trừ khử thành công rệp giường, chìa khóa nằm ở sự phối hợp giữa người thuê nhà, chủ nhà và người diệt côn trùng.

#### TRÁCH NHIỆM CỦA NGƯỜI THUÊ NHÀ

Người thuê nhà phải:

- Lập tức gọi cho chủ nhà hoặc người quản lý tòa nhà khi phát hiện ra rệp giường.
- Liên hệ với đại diện của Đơn vị cấp phép và kiểm tra của khu phố thông qua số điện thoại 311 nếu chủ nhà không hành động.
- Cho phép người diệt côn trùng tiếp cận tất cả các phòng trong nhà.
- Giữ nhà cửa sạch sẽ và gọn gàng.
- Làm theo đề nghị của người diệt côn trùng.

Lưu ý: Đừng cố gắng tự giải quyết vấn đề. Đừng sử dụng hóa chất diệt côn trùng hoặc sản phẩm nào khác được bày bán tự do: chúng có thể gây hại cho sức khỏe của bạn và khiến cho rệp giường trở nên khó tiêu diệt hơn.

#### TRÁCH NHIỆM CỦA CHỦ NHÀ

Khi nhận được tin thông báo về rệp giường, chủ nhà phải:

- Hành động để khắc phục vấn đề.
- Thuê người diệt côn trùng để trừ khử hoàn toàn tận gốc tất cả rệp giường trong tòa nhà.
- Cho phép người diệt côn trùng tiếp cận tất cả các khu vực chung, tất cả các căn hộ kể bên căn hộ có rệp và bất kỳ căn hộ nào khác nếu người diệt côn trùng cho là cần thiết phải tiêu diệt để loại bỏ tận gốc vấn đề rệp trong khắp tòa nhà.

#### TRÁCH NHIỆM CỦA NGƯỜI DIỆT CÔN TRÙNG

Người diệt côn trùng phải:

- Cố gắng hết mức phát hiện rệp ở khắp nơi của từng căn phòng trong căn hộ, tất cả các căn hộ kế cận và bất kỳ căn hộ nào khác nếu người diệt côn trùng thấy cần thiết.
- Đảm bảo tiêu diệt rệp ở mọi giai đoạn phát triển. Điều này đòi hỏi người diệt côn trùng phải quay lại ít nhất 1 lần sau lần diệt đầu tiên để kiểm tra liệu có chắc chắn tất cả rệp đã bị trừ khử sạch hay không.
- Tránh sử dụng hóa chất diệt côn trùng không cần thiết. Thông thường, nệm và đồ nội thất bọc vải có thể xử lý được bằng hơi nóng.
- Xin giấy phép của Bộ Phát triển bền vững, Môi trường và Chống biến đổi khí hậu đồng thời sử dụng nhân viên chuyên môn có bằng cấp chứng nhận.

#### ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG TIN:

Hãy truy cập địa chỉ  
[lespunaisesdelit.info](http://lespunaisesdelit.info)  
[avoidbedbugs.info](http://avoidbedbugs.info)

hoặc gọi đến số 311

Xuất bản bởi Thành phố Montréal ([ville.montreal.qc.ca](http://ville.montreal.qc.ca)), ấn phẩm của Sở Sức khỏe Công cộng do Cơ quan Dịch vụ Sức khỏe và Xã hội Montréal ([santemontreal.qc.ca](http://santemontreal.qc.ca)) và Văn phòng Dịch vụ Cư trú thành phố Montréal ([omhm.qc.ca](http://omhm.qc.ca)) ấn hành.