

# 如何检查是否有臭虫？

## (How do I inspect for bed bugs?)

如果您认为家里有臭虫，需要进行一次彻底的检查，以查看臭虫是否存在以及它们的扩散程度。首先从您睡觉的地方开始。在确定没有臭虫出没的迹象之前，请先搬出。

准备以下工具，帮助您找到并清除臭虫：

- **手电筒**，用于照看黑暗的角落和裂缝以及深色表面。有时，灯光会使臭虫吓了一跳。它们会停止移动数分钟，然后快速爬走，远离灯光。
- **放大镜**，便于您寻找并确认臭虫。
- **窄片工具**，例如旧信用卡或薄腻子刀，可将臭虫从裂缝和裂隙处赶出。
- **塑料袋**，用于放置并丢弃您找到的所有臭虫。
- **纸巾**，用于清除并压扁臭虫
- **带有窄缝吸尘头的吸尘器**，可在发现臭虫时用真空抽吸臭虫。
- **一桶肥皂水和海绵**，用于清洗臭虫留下的痕迹（如床垫上的棕色或红色斑点）。这样可以更加容易地观察到臭虫的新痕迹。

查看以下地点以及臭虫可能躲藏的任何其他地点：

- **床**：沿着床垫接缝、床垫和弹簧床架之间以及床框各面（包括底部和床头板背面）检查。
- **卧室内的其他家具**：抽屉滑槽、抽屉底部、家具部件之间的任何隐藏裂缝和裂隙及接合处。
- **房间**：沿着踢脚板和其他镶边（如，墙壁和门周围）检查。检查画框背面或墙上挂着的任何其他物品，包括干板墙裂缝和破裂的壁纸内侧。
- **检查小件物品内部与底部**，如书本、闹钟、玩具和房间内的任何其他小物品。

移至下一间房，重复上述检查步骤。

完成检查和清洁后，您就可以了解臭虫的扩散程度。



如需了解更多信息，请致电离您最近的环境健康办事处：1-833-476-4743

如需每周 7 天每天 24 小时护理咨询服务和健康信息，请拨打健康热线 (Health Link) 811。

**最后一次审查:** 七月 日6, 年2022

**作者:** Environmental Health, Alberta Health Services

本资料不能代替合格的卫生保健专业人员的建议。本资料仅供一般参考，并基于“现状”、“原样”提供。尽管作出了合理的努力来确认本信息的准确性，但 **Alberta Health Services** 并不就此信息的准确性、可靠性、完整性、对特定目的的适用性或适合性作出任何明示、暗示或法定的声明或保证。**Alberta Health Services** 明确声明，对使用这些资料以及因使用这些资料而产生的任何权利主张、诉讼、要求或起诉，不予承担任何责任。

# 在有臭虫的地方工作

## (Working in Places with Bed Bugs)

当您在客户家里工作时，可能会接触到臭虫。您最大的担忧之一可能是如何为客户提供最佳服务，同时避免将臭虫带回家。

### 在客户家里工作的防护措施

#### (What to Do at a Client's Home)

#### 工作时的着装

##### (Clothing to Wear at Work)

- 穿着可清洗且可放入热风烘干机中烘干的衣服，包括冬天的外套和其他外衣（如连指手套）。
- 浅色衣服比较容易发现臭虫。选择没有翻边的裤子，以及没有饰边的光滑鞋子，以避免臭虫藏匿其中。
- 用金属衣架将外套或夹克挂起来，挂在浴帘杆上。确保衣服不会碰到任何其他物品。

#### 装备

##### (Equipment)

- 请注意您坐的地方。最安全的选择是硬质厨房椅。尽量不要坐在沙发和床上。
- 上门服务时尽可能携带最少的物品。包袋、工具包和外套等都是适合臭虫藏身的地方。
  - 使用装饰较少的光滑包袋，或者使用金属或光滑的塑料工具箱和工具盒来装工具。
  - 在包袋或其他工具下面放置隔离物，使其与房间隔离开。白色塑料袋很适合用作隔离物，因为其表面光滑，臭虫不太可能爬上去。而且，使用白色塑料袋更容易发现臭虫。将您用作隔离物的物品留下，便于客户扔掉。

### 工作后回到家的注意事项

#### (Going Home after Work)

- 若您在可能沾染或已经沾染臭虫的地方工作，您最大的担忧是会不会将其带回家。通过例行处理杀死试图藏在装备或衣服上的臭虫，这是防止将臭虫携带回家的一个好方法。
- 回家和在家里到处走动前，尽快脱掉在沾染臭虫的大楼里穿着的衣服。如果您有车库，这里会是脱掉衣服的理想地点。

- 如果您没有车库，尽可能在靠近入口门的地方脱掉可能沾染臭虫的衣服。如果您住在公寓里，浴缸可能是最佳地点。这是因为浅色的表面很容易看到臭虫，而且臭虫不喜欢在平坦光滑的表面爬行。
- 将所有衣物放入塑料袋中。
- 密封塑料袋，然后将其直接放进洗衣机里。
- 如果您的衣服还很干净，则将其放入烘干机中，用最高温度烘 30 分钟。热风烘干机的高温可以杀死臭虫。
- 不要在卧室脱衣服，这样可能会把臭虫带到床上。

## 为遭受臭虫虫害的客户服务

### (Working with Clients Living with a Bed Bug Infestation)

如果您看到臭虫在明亮的房间里四处爬行，说明虫害可能非常严重。如果可以，您应立即离开。建议任何住在这里的人也离开（如果可以）。

如果您的客户是租住别人的房子，建议他们告诉房东有臭虫。如果房东不采取任何措施，您可以建议客户致电其所在地区的环境公共卫生办公室。如果您发现房东对虫害置之不理，也可向环境公共卫生办公室报告这一问题。您需要提供客户的名字，但环境公共卫生办公室不会将其名字透露给房东。

如果客户住在自己（或家人）的房子里，他们应致电害虫防治公司，请其协助处理臭虫虫害。

如果您一天内在不同的客户家里工作，请格外小心，避免将臭虫从一家带到另一家。如果您知道其中一个客户的家里有臭虫，最后去那里。您也可以穿防护性连体工作服，避免臭虫爬入接缝或裤子卷边里。

如果您发现自己上门服务的大楼虫害严重，如果可以，请在前往下一个地点前更换衣服。

**请记住：**臭虫需要靠人类才能从一个地方转移到另一个地方。而且，它们还依靠雌臭虫繁殖的大量后代生存和传播。了解一些相关知识并使用一些简单的预防措施可以预防虫害。

如需了解更多信息，请致电离您最近的环境健康办事处：1-833-476-4743

如需每周 7 天每天 24 小时护理咨询服务和健康信息，请拨打健康热线 (Health Link) 811。

**最后一次审查:** 七月 日6, 年2022

**作者:** Environmental Health, Alberta Health Services

本资料不能代替合格的卫生保健专业人员的建议。本资料仅供一般参考，并基于“现状”、“原样”提供。尽管作出了合理的努力来确认本信息的准确性，但 Alberta Health Services 并不就此信息的准确性、可靠性、完整性、对特定目的的适用性或适合性作出任何明示、暗示或法定的声明或保证。Alberta Health Services 明确声明，对使用这些资料以及因使用这些资料而产生的任何权利主张、诉讼、要求或起诉，不予承担任何责任。