怎样防治臭虫?

Fact Sheet FS1223

Cooperative Extension

王常禄，罗格斯大学昆虫系技术推广专家

臭虫是人人厌恶的昆虫。自2000年以后，臭虫在美国的公寓、单体房、旅馆及商业场所日渐泛滥。雇佣防虫公司防治臭虫的费用昂贵，一个两间卧室的公寓一般要至少500美元、多则1000美元以上。很多人为了省钱，自己动手，这完全是可行的。自己动手不但经济，而且方便，不用花时间和精力找防虫公司、预约、在家等候，以及避免陌生人接触个人隐私。

自己动手治臭虫前先要熟悉臭虫特征，确认所怀疑的害虫是臭虫，了解现有防治臭虫的方法和工具，再根据自己的具体情况，制定最经济、有效的对策。

臭虫的医学重要性

臭虫靠吸取人或宠物的血液为生。人被臭虫咬后一般出现红肿、瘙痒和疼痛，严重影响休息，但好在臭虫不传播疾病。也有人对臭虫叮咬没什么反应，所以不同家庭成员对家里有没有或有多少臭虫可能有完全不同的反应。

怎样识别臭虫?

臭虫的卵只有1毫米左右，形状像大米，肉眼可看见。小臭虫黄色或浅红色，吸血后的臭虫腹部看起来呈红色到黑色。成虫栗褐色，扁，无翅，比苹果籽稍小些。

臭虫的发育及生活习性



臭虫的卵、若虫、及雄成虫 。

臭虫从卵孵化后，经过5次蜕皮变成成虫。发育期1-4个月，低温和缺少食物情况下发育较慢。臭虫至少需要吸一次血才能蜕皮进入下一个龄期。它们在没有寄主的环境下一般能生存2-3个月，极少情况下能生存一年以上。一只雌臭虫每天产卵1粒左右，一生可产卵多达200粒以上。

臭虫在晚上人睡着的时候出来活动，饥饿时白天也会出来。臭虫靠人呼出的二氧化碳、体温和气味找到寄主。臭虫吸一次血要5-10分钟，每3-7天吸血一次；吸完血后马上离开寄主躲藏到缝隙处。臭虫吸血后马上排泄，在床单和臭虫躲藏处留下黑色或棕色的斑点。这些是臭虫存在的证据。

臭虫一般在人们使用时间较长的床或沙发上躲藏。它们藏在床垫皱褶，钉子眼，家具上的缝隙，床单、被子的边、角处，床头板的角、缝，墙上的缝、洞，窗帘，床下或沙发下的杂物，墙上的电插座内等。臭虫多时，它们可能会在卫生间、厨房等相邻的房间躲藏。臭虫通过走廊、门下的缝隙、共用墙扩散到相邻的房间。长距离的扩散一般是通过附着在出差旅行的行李或被搬运的家具上。

怎样预防臭虫?

臭虫个体小，难发现，防治起来十分困难，因此预防引入臭虫非常重要。一个干净、整洁的房间仍可会被臭虫侵害。下面是几个预防方法：

- 到达一个旅馆后，检查床垫、床头是否有臭虫活动的痕迹（排泄物、蜕下的皮、活的或死的臭虫）。
- 从外面带回旧家具、衣物、医疗器材（如轮椅）前，做详细的检查。如果有臭虫存在的迹象，就别带回家。
- 避免坐在可能有臭虫的椅子、沙发上。
- 到有臭虫的公寓拜访后，马上更换衣物、鞋，将它们放入洗衣机热洗，或放入冰箱冷冻室3-4天。避免用手洗。



位于床垫角的活臭虫、蜕皮、和排泄物。

- 如果发现被虫咬的症状，马上对衣物进行检查。

RUTGERS
New Jersey Agricultural Experiment Station

Rutgers, The State University of New Jersey
88 Lipman Drive, New Brunswick, NJ 08901-8525
Phone: 848.932.5000

臭虫的防治

现在有很多的防治臭虫的工具和方法，但没有一种是使用一次后就能保证消灭的。最有效的方法是采用综合治理，具体分以下三个步骤：

一. 用目视或放昆虫陷阱确定臭虫是否存在以及它们的数量和分布。
二. 同时采用几种方法处理。
三. 监测，再处理，直到臭虫彻底灭绝。

第一步

使用手电、改锥、针、镊子、细毛笔、小瓶、透明胶带、手持放大镜等工具检查床和常用的沙发或椅子上是否有臭虫的痕迹、活的或死的臭虫。你可能需要把整个床拆散以便于检查。如怀疑有臭虫但当时不能确定，将可疑的物品收集，或用数码相机照相，送到县里或大学的农业技术推广站鉴定。

因为臭虫很小，很多情况下目视没有发现臭虫或叮咬迹象，而臭虫仍可能存在。因此，最好在床和沙发的每个腿下放捕虫陷阱（如Climbup™）。这是目前用来监测臭虫的最经济、有效的工具，它比目测更可靠。你可从很多网站上买到，每盒（12个）价格约28美元，一个一居室的公寓一盒就够了。若家具没有腿或腿太粗，可将捕虫陷阱放在家具旁边。如果当地买不到这种捕虫陷阱，也可自制。



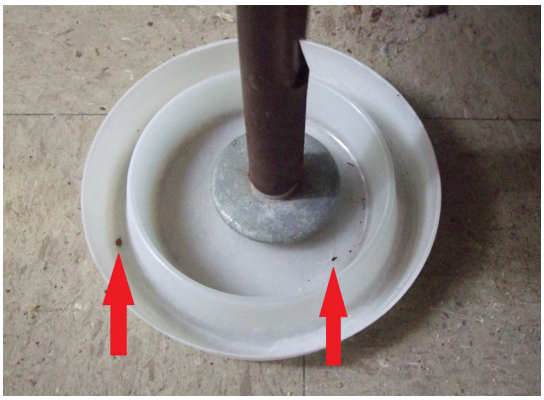
每隔1-2周目视检查床及沙发可大概确定臭虫的数量和分布。但当臭虫数量很少时，单靠这种方法很容易监测不到，结合捕虫陷阱一起会更有效。

捕虫陷阱的外表面贴有象布质样的胶带，便于臭虫往上爬。内面光滑，涂有一薄层滑石粉。臭虫在房间找寄主时遇到捕虫陷阱，往上爬到顶掉进陷阱后便爬不上来。安放好捕虫陷阱后每1-2个星期检查陷阱一次，检查后用沾有滑石粉的棉球将陷阱内涂抹一遍，去掉灰尘，保持光滑。如果连续6个星期没有臭虫出现，也没有被叮咬，则可断定没有臭虫存在。

第二步

如果第一步发现臭虫确实存在，那么你就得采取一系列的方法把它们灭绝。绝大多数情况下不用任何杀虫剂就可把臭虫灭掉；但如果臭虫数量很多，适量使用杀虫剂能帮助尽快将臭虫消灭。下面是自己动手处理臭虫的方法：

1. 每周用手电、改锥、镊子、细毛笔、小瓶等工具检查床和常用的沙发或椅子上是否有活臭虫。发现臭虫后将它们收集、杀死。
2. 移走床及沙发下面及周围的杂物，将地板边缘的缝隙和墙上的洞、缝隙封住，减少臭虫隐藏的环境。移走杂物前检查是否已有臭虫的痕迹。



放在床腿下的Climbup™捕虫陷阱。箭头所指处为掉进陷阱的臭虫。每1-2周检查一次，并用沾有滑石粉的棉球涂抹这些地方，保持陷阱的功效。



这是一个自制的捕虫陷阱，它是一个倒放的塑料宠物食盆，外侧贴一层薄布或粗糙的胶带（如手术用胶带），内侧涂一薄层滑石粉。将它放在家具腿旁边，每1-2星期检查一次。

3. 将怀疑有或确定有臭虫的床上用品、衣物、鞋、书、玩具、小家具、电器、窗帘等放入结实的塑料袋内。可洗的物品用洗衣机洗后烘干，不能洗的物品用烘干机烘半个小时，或放入冷冰箱3-4天。在南方炎热的夏天，将有臭虫的物品放在太阳下暴晒能杀死一些臭虫，但不能保证杀死所有臭虫。
4. 把床垫用带有拉链的床垫罩包起来。它有几个好处：一是被包在里面的臭虫因出不来而饿死；二是包好后减少了臭虫可隐藏的皱褶；三是白色的床罩上很容易发现臭虫。塑料床垫罩仅仅5-10美元一个，它的缺点是易破、睡上不舒服或有动静。优点是臭虫一般不会在塑料上躲藏，这样它们只得在床单、毯子上藏着，每周只要将这些物品洗涤或放入烘干机即可将臭虫杀死。布质床垫罩50-90美元一个，缺点是臭虫仍可在有针眼的接缝处隐藏，优点是结实、舒服、不用更换。
5. 在床和沙发腿下或旁边放捕虫陷阱。
6. 扔掉不好处理的小件物品或家具，比如藤椅，沙发床。
7. 在每个房间沿着地板周围，家具缝，墙上的缝，电插座后等撒一薄层硅藻土粉（diatomaceous earth）。这种杀虫剂在很多商店有。它是由硅藻化石制成，比起有机杀虫剂要安全的多。它的作用机理是通过摩擦将昆虫体表的蜡质层破坏，使昆虫失水，慢慢死亡。臭虫在房间内活动时，会很有可能沾上硅藻土，而失水死亡。如果臭虫刚传入居室或臭虫数量很少，这一步骤可省略。
8. 将小的个人物品如行李箱、电器、书籍等放进特制的盒子内加热处理。市场上有几种处理臭虫盒子，价格在200-300美元左右（比如 ThermalStrike™）。将物品放入盒内，通电4-8小时，即可消灭里面的臭虫。这一步骤不一定都需要。



将带有臭虫的物品用塑料袋包好，放入冻箱冷冻室3-4 天，所有臭虫可被消灭。

第三步

一次处理臭虫后往往会有漏掉的物品或地方，那里隐藏的臭虫会继续叮咬人。所以，监测和再处理很重要。

1. 每1-2个星期检查捕虫陷阱内是否有臭虫，用棉球沾滑石粉将捕虫陷阱保持干净光滑。
2. 每周将床上用品洗1-2次。
3. 如发现捕虫陷阱内有臭虫，则需要对床和沙发做目视检查，用镊子或毛笔等工具将发现的臭虫取走杀死。
4. 如连续6个星期内没有臭虫，则可停止监测和处理。



这个房间进行了综合治理。床垫已用带拉链的罩包起来，床腿下放了捕虫陷阱，杂物放进了垃圾带等候处理。

这里没有建议使用喷雾杀虫剂或昆虫炸弹（fogger），原因是这些杀虫剂对臭虫的效果很差甚至无效。而且，在床和沙发等家具上或周围使用这些杀虫剂极易使人或宠物接触到这些杀虫剂的残留物，对健康不利。

有的公司提供用特殊训练的狗检查臭虫的存在，但这种方法较贵，检查一个独立屋的费用要在200美元左右，且并不一定比目视结合捕虫陷阱的方法更准确。

无效的防臭虫方法

许多人使用一些土方法处理臭虫，但并没有任何科学证据证明这



很多市场上杀臭虫的药剂杀虫效果很差、甚至无效。在家具上使用它们还会留下残留，对人的健康不利。

些方法有效。已证明无效的产品有：害虫驱避器，医用酒精，植物精油，樟脑球，硼酸粉，洗涤灵，多用途消毒液。也有一些人超量用药、使用防其它害虫的杀虫剂，这些做法会对室内环境造成污染，危害人的健康。



一位居民在一个房间一次释放了9个昆虫炸弹来防治臭虫和其它害虫。按说明书一次在一个房间只能使用一个昆虫炸弹，超量使用极易引起火灾。而且，昆虫炸弹本身对防治室内害虫既无效、还造成污染。

防虫公司常使用更有效但需要执照的杀虫剂以及较昂贵的处理臭虫的工具，这些产品和工具对于处理臭虫数量多、环境复杂的臭虫为害会更有效。详细信息见“怎样选择臭虫防治公司”。

更多的信息见：

njaes.rutgers.edu/bedbug

文中或图片中提到或展示的商标、产品、公司并不意味着罗格斯大学支持该产品、公司或排除其它合适的产品、公司。

文中第一张和第三张照片为John Obermyer 拍摄，其余为王常禄拍摄。

© 2014 Rutgers, The State University of New Jersey. All rights reserved.

For a comprehensive list of our publications visit www.njaes.rutgers.edu *January 2014*

Cooperating Agencies: Rutgers, The State University of New Jersey, U.S. Department of Agriculture, and County Boards of Chosen Freeholders. Rutgers Cooperative Extension, a unit of the Rutgers New Jersey Agricultural Experiment Station, is an equal opportunity program provider and employer.

RUTGERS
THE STATE UNIVERSITY
OF NEW JERSEY

Rutgers, The State University of New Jersey
88 Lipman Drive, New Brunswick, NJ 08901-8525
Phone: 848.932.5000