নিউ ইয়র্ক সিটি ডিপার্টমেন্ট অব হেলথ অ্যান্ড মেন্টাল হাইজিন

# নিরাপদে বেগ বাগ সামলান

## বেড বাগ কী?

বেড বাগ একধরনের ক্ষুদ্র কীট যা মানুষের রক্ত খেয়ে বেঁচে থাকে। রাতে মানুষ যখন ঘুমোয় সাধরণত তখন এরা সক্রিয় হয়ে ওঠে। প্রাপ্তবয়স্ক বেড বাগ দেখতে চ্যাপটা মরচে-লাল ডিম্বাকৃতির হয়। প্রাপ্তবয়স্ক বেডবাগ সাধারণত আপেলের বিচির সমান হয়ে থাকে। সহজে দেখতে পাওয়ার মত যথেষ্ট বড় এরা, কিন্তু প্রায়শ আসবাবপত্র, মেঝে বা দেয়ালের ফাটলে লুকিয়ে থাকে। বেড বাগ যখন রক্ত খায় তখন এদের দেহ ফুলে ওঠে এবং উজ্জ্বল লাল রঙ ধারণ করে। কারও রক্ত না খেয়ে এরা বহু মাস বেঁচে থাকতে পারে।

## বেড বাগের কামড়ে কেমন লাগে এবং দেখতে কেমন হয়?

বেশির ভাগ বেড বাগের কামড় শুরুতে ব্যথাহীন হয়ে থাকে, কিন্ত পরে ত্বক ফুলে ফোসকা পড়ে যায় এবং চুলকায়। এসব ফোসকায় মাঝখানে কোন লাল চিহ্ন থাকে না, যেমন থাকে মাছি কামড়ালে।

## বেড বাগ কি বিপদজ্জনক?

যদিও বেড বাগ জ্বালাতনকারী ঝামেলা, এরা রোগ বিস্তার করে বলে জানা যায় না।

## বাড়িঘরে বেড বাগের বিস্তার হয় কীভাবে?

বেশির ভাগ ক্ষেত্রে মানুষ নিজেদের অজান্তেই বাসা-বাঁধা লাগেজ, আসবাবপত্র, বিছানাপাটি বা জামাকপড়ে করে বেড বাগ বাড়িতে নিয়ে যায়। বেড বাগ দেয়াল ও মেঝের ছোট ছোট চিড় ও ফাটলের ভেতর দিয়ে এক অ্যাপার্টমেন্ট থেকে অন্য অ্যাপাটমেন্টে চলে যেতে পারে।

## আমি কীভাবে জানব আমার বাড়িতে বেড বাগ বাসা বেঁধেছে কিনা?

আপনি ত্বকে চুলচুলে ফোসকা লক্ষ করতে পারেন। আপনি খোদ বেড বাগ, তাদের চূর্ণিত দেহের রক্তের দাগ বা নাদির কালো ছোপও দেখতে পারেন। তবে অধিকাংশ সময়ে এদের দেখা পাওয়া কঠিন কেননা এরা বিছানায় বা বিছানার আশেপাশে, অন্যান্য আসবাবপত্রে এবং ফাটলের মধ্যে লুকিয়ে থাকে।

## আমার কি পেস্ট কন্ট্রোল কোম্পানিকে খবর দিতে হবে?

হেলথ ডিপার্টমেন্ট সুপারিশ করে যে বেড বাগ নির্মূলে বাড়ির মালিকরা নিউ ইয়র্ক স্টেট ডিপার্টমেন্ট অব এনভায়রনমেন্টাল কনসার্ভেশন (ডিইসি) এ নিবন্ধিত কোম্পানিদের দায়িত্ব দেবে।

পেস্ট কন্ট্রোল কম্পোনি নিচের কাজগুলো করবে:

- বেড বাগ আছে কিনা নিশ্চিত করার জন্য আপনার বাড়ি তল্লাশি করবে।
- ওদের লুকানর জায়গা খুঁজে বের করে ধ্বংস করবে।
- প্রয়োজনে আপনার বাড়িতে বিশেষ ধরনের ক্লিনিং এবং/অথবা পেস্টিসাইড ছিটাবে।
- বেড বাগ চলে গেছে নিশ্চিত করার জন্য আবার আপনার বাড়িতে আসবে।

আপনার পেস্ট কন্ট্রোল কোম্পানি লাইসেন্সপ্রাপ্ত কীপ নিয়ন্ত্রক পেশাজীবী নিযুক্ত করেছে এটি নিশ্চিত করবেন। তাদের লাইসেন্স দেখতে চান অথবা (718) 482-4994 নম্বরে ডিইসি-তে ফোন করে পরখ করুন কিংবা **http://www.dec.ny.gov/permits/209.html** ওয়েবসাইটে দেখুন।

## বেড বাগ নাশে কীটনাশক কি জরুরি?

বেড বাগ দূর করার সবচেয়ে ভাল উপায় ওদের লুকানর জায়গা সাফ করা, জীবাণুমুক্ত  করা এবং ভেঙে ফেলা। যেহেতু বাচ্চা বেড বাগগুলো (নিমফ) না খেয়েও কয়েক মাস এবং প্রাপ্তবয়স্কগুলো এক বছরেরও বেশি সময় বেঁচে থাকতে পারে, পেস্ট কন্ট্রোল কোম্পানি কীটনাশক ব্যবহার করতে পারে। কীটনাশকের নিরাপদ ব্যবহার সম্পর্কে পেশাজীবীর সাথে কথা বলুন এবং নিশ্চিত করুন যে তিনি নিচের কাজগুলো করছেন:

- সবচেয়ে কম বিষাক্ত কীটনাশক ব্যবহার করছেন।
- ওষুধের লেবেলে লেখা নির্দেশনা ও সতর্কতামূলক নির্দেশগুলো পালন করছেন।
- আপনাকে ওষুধ ছিটান কামরা থেকে দূরে থাকতে এবং কখন ফিরে আসা নিরাপদ সে-ব্যাপারে পরামর্শ দিয়েছেন।
- গদি  এবং সোফায় শুধু সেলাইতে স্বল্প পরিমাণ ওষুধ দিয়েছেন। কীটনাশক ওষুধ ***কখনই*** গদি ও সোফার ওপরে স্প্রে করা উচিত নয়।

## আমি কীভাবে বেড বাগ দূর করতে পারি?

### ১. বাড়িতে বেড বাগ কোথায় লুকিয়ে আছে বের করুন।

শোবার ঘরের আসবাবপত্রে বেড বাগ বা তাদের নাদি খোঁজার জন্য উজ্জ্বল একটি ফ্লাশলাইট ব্যবহার করুন। অথবা লুকানর জায়গা বা ফাটল থেকে ওদের বের করে আনতে গরম হেয়ার ড্রায়ার, পাতলা ছুরি, পুরোন সাবওয়ে কার্ড অথবা খেলার তাস ব্যবহার করুন। পরখ করুন:

- আপনার হেডবোর্ডের পেছনে।

- আপনার গদির সেলাই ও সুতোর গুটি এবং বক্স স্প্রিংয়ের ভেতরে।
- শোবার গরের বেজবোর্ডের ফাটলে।
- নাইটস্ট্যান্টে এবং এর আশেপাশে।
- শোবার ঘরের অন্যান্য জিনিসে, যেমন জানালা, দরজার ফ্রেম, ছবি, মোল্ডিং, কাছেপিঠের আসবাব, আলগা ওয়ালপোর, প্লাস্টার ও পার্টিশনে ফাটল এবং স্তূপ করে রাখা জিনিসপত্র।

## ২. বেড বাগের লুকানর সম্ভাব্য জায়গাগুলো সাফ করুন।

- বিছানাপাটি, চাদর, পর্দা, রাগ, কার্পেট এবং কাপড়চোপড় সাফ করুন। বেড বাগ মারার জন্য গরম পানিতে জিনিসপত্র ধোবেন এবং ড্রায়ারে সবচেয়ে বেশি গরম সেটিংয়ে শুকোন। নাজুক জামাকাপড় ধোয়ার আগে উষ্ণ পানিতে লন্ড্রি সাবানে বেশ কয়েক ঘণ্টা ভিজিয়ে রাখুন। পশমি জিনিস, দামি খেলনা, জুতো, এবং আরও অনেক জিনিস বেগ বাগ মুক্ত করার জন্য গরম ড্রায়ারে আধাঘণ্টা রেখে দিন।
- বেগ বাগ এবং তাদের ডিম ঝেড়ে ফেলার জন্য গদির সেলাই শক্ত ব্রাশ দিয়ে ঘষুন।
- গদি, বিছানার ফ্রেম, কাছেপিঠের আসবাব, মেঝে এবং কার্পেট ভ্যাকুম করুন। ফাটল ও খালি জায়গার প্রতি বিশেষ নজর দিন। ভ্যাকুম করার পরপরই ভ্যাকুম ক্লিনার ব্যাগ সিল-করা প্লাস্টিক ব্যাগে ভরে দরজার বাইরে কোন পাত্রে ফেলে দিন।
- গদিতে বেড বাগ পেলে "অ্যালার্জেন রেটেড" বা "ডাস্ট মাইটের জন্য" লেখা ওয়াটারপ্রুফ জিপার দেয়া ম্যাট্রেস কাভারে গদি ভরে কমপক্ষে একবছর এভাবে রেখে দিন।
- যদি আপনার বক্স স্প্রিংয়ে বেড বাগ থাকে, ভিনাইলের বক্স স্প্রিং কাভারের ভেতরে বক্স স্প্রিং সিল করে কমপক্ষে একবছর রেখে দিন। যদি ভিনাইলের বক্স স্প্রিং কাভার না থাকে তাহলে বক্স স্প্রিং ফেলে দিন।
- পরিষ্কার করা যাবে না এমন বেড বাগ আক্রান্ত জিনিসপত্র এবং আবর্জনা বাড়ি থেকে দূর করুন। প্লাস্টিকের গার্বেজ ব্যাগে ভরে শক্ত করে মুখ বন্ধ করে বাইরের কোন পাত্রে ফেলে দিন।
- প্লাস্টারের ফাটল মেরামত করুন এবং আলগা ওয়াল পেপার আবার ঠিক করুন অথবা ফেলে দিন।

## ৩. নিজে নিজে কীটনাশক ব্যবহারের ক্ষেত্রে বিশেষ সাবধানতা অবলম্বন করুন।

কীটনাশক মানুষ ও পোষা প্রাণীর জন্য বিপদজনক হতে পারে। আপনি যদি কোন কীটনাশক ব্যবহার করতে চান বা পেশাদার কীটপতঙ্গ নিয়ন্ত্রক আপনাকে পরামর্শ দেন কোনটি ব্যবহারের তাহলে এখানে উল্লিখিত সাবধানতাগুলো অনুসরণ করুন:

- বেড বাগ মারার জন্য শুধু এমন লেবেল লাগানো কীটনাশক ব্যবহার করুন। তেলাপোকার স্প্রে, পিঁপড়ার স্প্রে বা লেবেলে বেড বাগের উল্লেখ নেই এমন কীটনাশক কখনও ব্যবহার করবেন না।
- লেবেলে লেখা নির্দেশনা যথাযথভাবে পালন করুন।
- গদি, বা সোফা কিংবা ছোট ছেলেমেয়ে এবং পোষা প্রাণী আছে এমন জায়গায় কীটনাশক ওষুধ ছিটাবেন না।
- প্রস্তুতকারকের লেবেল নেই এমন কীটনাশক কিনবেন না অথবা ব্যবহার করবেন না। কখনও ফেরিওয়ালার কাছ থেকে কীটনাশক কিনবেন না।
- আপনার বাড়িতে "ইনসেকটিসাইড বম" ও "ফগার" ব্যবহার করবেন না। এসব জিনিস আপনার বাড়ির সব জায়গায় বিপদজনক রাসায়নিক পদার্থ ছড়াতে পারে, এবং এগুলো বেড বাগের বিরুদ্ধে কার্যকর হয় না।

## আমি কীভাবে আমার বাড়ি বেড বাগমুক্ত রাখতে পারি?

- সফর থেকে ফিরেই জামাকাপড় ধোবেন এবং লাগেজ পরীক্ষা করে দেখবেন।
- পুরোন ফার্নিচার বাড়িতে আনার আগে পরীক্ষা করে দেখুন বেড বাগ আছে কিনা।
- কখনও ফেলে দেয়া  বেড ফ্রেম, গদি, বক্স স্প্রিং বা গদি লাগান ফার্নিচার আপনার বাড়িতে আনবেন না।

## আমার ফার্নিচার থেকে যেন অন্যের বাড়িতে বেড বাগ না হয় সেজন্য আমি কী করতে পারি?

- বেড বাগ সংক্রমিত ফার্নিচার বা জামাকাপড় কখনও বিক্রি বা দান করবেন না।
- সংক্রমিত ফার্নিচার যদি ফেলে দেন, তাহলে কেউ যাতে তা না নেন সেজন্য গদি কেটে বা অন্যকিছু করে সেটা ব্যবহারের অযোগ্য করে দিন। টেপ দিয়ে একটা সাইন লটকে দিন যাতে বলা থাককে, "বেড বাগ সংক্রমিত।"

এই তথ্যপত্র nyc.gov/health ঠিকানায় পাওয়া যাবে। আরও কপির জন্য 311 নম্বরে ফোন করে ""নিরাপদে বেড বাগ সামলান" চেয়ে নিন।