نیو یارک شہر محکمہ صحت اور دماغی صحت

بستر کے کھٹملوں کو حفاظت سے ختم کریں

بستر کے کھٹمل کیا ہیں؟

بستر کے کھٹمل چھوٹے کیڑے ہیں جو کہ انسانی خون سے خوراک حاصل کرتے ہیں- عام طور پر یہ رات کو سرگرم عمل ہوتے ہیں جب لوگ سو رہے ہوتے ہیں- بالغ کھٹملوں کا جسم زنگدار لال رنگ کی بیضوی شکل کا ہوتا ہے- بالغ کھٹملوں کا سائز تقریباٍ سیب کے بیج کے جتنا ہوتا ہے، یہ اتنے بڑے ہوتے ہیں کہ آسانی سے نظر آتے ہیں، لیکن اکثر فرنیچر، فرش اور دیواروں کی دراڑوں میں چھپتے ہیں- کھٹمل جب خوراک حاصل کرتے ہیں تو، ان کے جسم سوجھ جاتے ہیں اور شوخ لال رنگ کے ہو جاتے ہیں- یہ متعدد مہینوں تک میزبان سے خوراک حاصل کیے بغیر زندہ رہ سکتے ہیں-

بستر کے کھٹمل کا کاٹنا کیسا محسوس ہوتا ہے اور کیسا نظر آتا ہے؟

اکثر کھٹملوں کے کاٹنے سے ابتدائی طور پر درد نہیں ہوتا ہے- لیکن بعد میں یہ جلد کے بڑے خارشی اشلاق میں تبدیل ہو جاتے ہیں- ان شلاقوں کے مرکز میں لال دھبہ نہیں ہوتا ہے جیسا کہ پسو کے کاٹنے سے ہوتا ہے-

کیا بستر کے کھٹمل خطرناک ہوتے ہیں؟

حالانکہ بستر کے کھٹمل اور ان کے کاٹنے سے تکلیف ہوتی ہے، یہ بیماری پھیلانے کے لیے جانے نہیں جاتے ہیں-

بستر کے کھٹمل ایک گھر میں کیسے پھیل سکتے ہیں؟

زیادہ تر صورتوں میں لوگ اپنے گھروں میں غفلت سے بستر کے کھٹمل لے کر آتے ہیں، ان کے سامان، فرنیچر، بستر یا کپڑوں میں- بستر کے کھٹمل اپارٹمنٹس کے درمیان دیواروں اور فرش میں چھوٹے شگافوں اور دراڑوں کے درمیان سفر کر سکتے ہیں-

مجھے کیسے پتہ چل سکتا ہے کہ میرے گھر میں بستر کے کھٹمل پھیل گئے ہیں؟

آپ خارش ہونے والی جلد کے شلاق دیکھیں گے- آپ بستر کے کھٹملوں کو بھی دیکھ سکتے ہیں، کیڑوں کے مسلے جانے کی وجہ سے چھوٹے خون کے دھبے، یا ان کے باقیات کے گہرے دھبے بھی دیکھ سکتے ہیں- اکثر اوقات ان کو تلاش کرنا مشکل ہوتا ہے کیونکہ یہ بستر میں یا اسکے قریب، دیگر فرنیچر، اور دراڑوں میں چھپ جاتے ہیں-

کیا مجھے کیڑے مکوڑوں کو ہلاک کرنے والی کمپنی کا استعمال کرنا چاہیئے؟

محکمہ صحت اس بات کی تجویز کرتا ہے کہ گھر کے مالکان کو کھٹملوں کو ختم کرنے کے لیے نیو یارک ریاست محکمہ ماحولیات کے تحفظ (DEC) رجسٹر شدہ کیڑے مکوڑوں کو ہلاک کرنے والے کمپنی کو اجرت پر رکھنا چاہیئے-
کیڑے مکوڑوں کو ہلاک کرنے والی کمپنی کو:

- بستر کے کھٹملوں کی موجودگی کی تصدیق کرنے کے لیے گھر کا معائنہ کرنا چاہیئے-
- ان کو تلاش کر کے ان کی چھپنے والی جگھوں کا خاتمہ کرنا چاہیئے-
- اگر ضروری ہو توآپ کے گھر کو خاص صاف کرنے والی کیڑے مار دوا سے صاف کرنا چاہیئے-
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ بستر کے کھٹمل ختم ہو گئے ہیں ان کو دوبارہ دورے کرنے چاہیئے-

اس بات کو یقینی بنائیں کہ کیڑے مکوڑوں کو ہلاک کرنے والی کمپنی لائنسنس یافتہ کیڑے مکوڑوں کو ہلاک کرنے والی انتظامیہ کے پیشہ وروں کا استعمال کرے- ان کے لائسنس کی کاپی دیکھنے کے لیے پوچھیں یا (DEC) سے براہِ راست 4994-482 (718) پر رابطہ کریں یا **http://www.dec.ny.gov/permits/209.html** پر جائیں-

کیا کھٹملوں کو ختم کرنے کے لیے کیڑے مار دواؤں کا استعمال کرنا ضروری ہے؟

بستر کے کھٹملوں کو ختم کرنے کا بہترین طریقہ صفائی ہے، جراثیم کو ختم کریں اور ان کی چھپنے والی جگھوں کو ختم کریں- کیونکہ چھوٹے کھٹمل (nymphs) بغیر خوراک کے متعدد مہینوں تک اور بالغ کھٹمل ایک سال سے زیادہ عرصے تک زندہ رہ سکتے ہیں، اس لیے ہو سکتا ہے کہ کیڑے مکوڑے ہلاک کرنے والی کمپنی کیڑے مار دواؤں کا استعمال کرے- کیڑے مکوڑے مارنے والی دوا کے محفوظ استعمال کے بارے میں ایک ماہر سے بات کریں اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ یہ:

- کم سے کم زہریلی کیڑے مارنے والی دوال کا استعمال کرے-
- دوا کے لیبل پر ہدایات اور خبرداری کی پابندی کریے-
- آپ کو درست کیے گئے کمرے سے باہر رہنے کی اور یہ کب واپسی کے لیے محفوظ ہے کی تجویز کرتا ہے-
- گدوں اور صوفوں پرصرف سیون پر کم مقدار میں کیڑے مار دوائی کا استعمال کرتا ہے- کیڑے مار دوائیوں کو کبھی بھی گدوں یا صوفوں کے اوپر اسپرے نہیں کرنا چاہیئے-

میں بستر کے کھٹملوں کا خاتمہ کیس طرح کر سکتا ہوں؟

1- یہ تلاش کریں کہ آپ کے گھر میں کھٹمل کہاں چھپے ہوئے ہیں.

بیڈ روم کے فرنیچر میں بستر کے کھٹملوں یا ان کی باقیات کو دیکھنے کے لیے ایک تیز ٹارچ کی لائٹ کا استعمال کریں- یا ان کی چھپنے والی جگہ یا دراڑوں میں سے نکالنے کے لیے ایک ہیئر ڈرائیر، ایک تیز چھری، یا سب وے کارڈ یا ایک تاش کے پتے کا استعمال کریں اس کے لیے دیکھیں:

- بستر کے سراہنے کے پیچھے-
- اپنے گدوں کی سیون اور دھاگوں کے گچھوں اور باکس اسپرنگ کے اندر دیکھیں-
- بستر کے ساتھ بنیاد بورڈ کی دراڑوں میں-
- نائٹ اسٹینڈ کے اندر اور ارد گرد-
- بیڈ روم کی دیگر اشیا، بشمول کھڑکیاں اور دروازوں کے کناروں میں- تصاویر، سانچوں، قریبی فرنیچر، ڈھیلا وال پیپر، پلاسٹر کی دراڑوں میں اور تقسم اور اٹ انبار میں دیکھیں-

2- اس جگہ کو صاف کریں جہاں ممکن ہے کہ کھٹمل چھپے ہوئے ہوں-

- بستر، چادروں، پردوں، غالیچوں اور قالینوں کو صاف کریں- بستر کے کھٹملوں کو مارنے کے لیے چیزوں کو گرما پانیء میں دھوئیں اور ان کو ڈرائیر میں شدید ترین درجہ حرارت پر سوکھائیں- نازک کپڑوں کو کپڑے کھنگالنے سے پہلے دھونے والے بہت سے ضابن کے ساتھ ہلکے گرم پانی میں کچھ کھنٹوں کے لیے بھگوئیں- اونی اشیا کو روئیں دار کھلونوں، جوتوں، اور کئی اشیا کو بستر کے کھٹملوں کا خاتم کرنے کے لیے گرم ڈرائیر میں 30 منٹ کے لیے رکھا جا سکتا ہے-
- بستر سے کھٹملوں اور ان کے انڈوں کو ہٹانے کے لیے گدوں کی سیون ایک سخت برش مسلیں-
- گدوں، بستر کے سانچوں، قریبی فرنیچر، فرش، قالین، کو ویکیوم کریں دراڑوں اور کھلی جگھوں کو پر خاص توجہ دیں- ویکیوم کرنے کے فوراً بعد، ویکیوم کلینر کے تھیلے کو ایک بند پلاسٹک کے تھیلے میں ڈال دیں، اور اس کو باہر کچرے کے ڈبے میں ڈالیں-
- اگر آپ کو گدے پر بستر کے کھٹمل نظر آئیں تو، اس کو ایک واٹر پروف، زپ والے گدے کے کور میں بند کریں جس پر " ایلرجن ریٹیڈ" یا " فار ڈسٹ مائٹس کا" کا لیبل لگا ہونا چاہیئے- اس کور کو کم سے کم ایک سال تک لگا رہنے دیں-
- اگر یہ آپ کے باکس اسپرنگ میں پھیل گئے ہیں تو، اس کو وائنل باکس اسپرنگ کے کور میں کم سے کم ایک سال کے لیے بند کریں- اگر کور دستیاب نہیں ہے تو باکس اسپرنگ کو پھینک دیں-
- متاثر ہوئی ہوئی اشیا جن کو صاف نہ کیا جا سکے کو اور اٹ انبار کو پھینک دیں- سختی سے بند کچرے کے تھیلے میں ڈال کر باہر کچرے کے ڈبے میں ڈال دیں-
- دراڑوں کی پلاسٹر سے مرمت کریں اور ڈھیلے وال پیپر کی مرمت کریں یا ہٹا دیں-

3- کیڑے مکوڑوں کو ہلاک کرنے والی دوائی کو خود استعمال کرتے ہوئے بہت احتیاط برتیں-

کیڑے مکوڑے ہلاک کرنے والی دوائیاں لوگوں اور گھریلو جانوروں کے لیے مضر ہو سکتی ہیں- اگر آپ کیڑے مکوڑے ہلاک کرنے والی دوائی، یا ایک لائسنس یافتہ کیڑے مکوڑے ہلاک کرنے والے ماہر جس کی تجویز کی جاتی ہے کے استعمال کرنے کا انتخاب کرتے ہیں تو، مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر استعمال کریں:

- صرف ان کیڑے مکوڑے ہلاک کرنے والی دوائیوں کا استعمال کریں جن بستر کے کھٹمل کے خاتمے کا لیبل لگا ہوا ہو- لال بیگ، چیونٹی مارنے کے اسپرے یا کوئی بھی ایسی دوائی جس پر بستر کے کھٹمل کے خاتمے کا لیبل نہ لگا ہو کا استعمال نہ کریں-
- لیبل کی ہدایات کی پوری طرح سے پابندی کریں-
- گدوں یا صوفوں کے اوپر یا ایسی جگہ پر اسپرے نہ کریں جہاں بچے یا گھریلو جانور موجود ہوں-
- مصنوعات کے لیبل کے بغیر کبھی بھی نہ خریدیں یا استعمال کریں اور کیڑے مار دواؤں کو سڑک کے فروخت کاروں سے نہ خریدیں-
- اپنے گھر میں "کیڑے مار بم" اور "فوجر" کے استعمال سے اجتناب کریں- یہ مصنوعات آپ کے پورے گھر میں مضر کیمیات پھیلا سکتی ہیں، اور بستر کے کھٹملوں کے خلاف کارآمد نہیں ہو گی-

میں اپنے گھر سے بستر کے کھٹملوں کو کیسے دور رکھ سکتا ہوں؟

- اپنے کپڑوں کو دھوئیں اور کسی دورے سے واپسی پر فوراً سامان کو کی جانچ کریں-
- اپنے گھر میں لانے سے پہلے استعمال شدہ فرنیچر کی بستر کے کھٹملوں کے لیے جانچ کریں-
- کبھی بھی پھینکیں ہوئے بستر کے سانچے، گدے، باکس اسپرنگ یا پوشش اپنے گھر میں نہ لے کر آئیں-

میں اپنے فرنیچر کو کسی اور کے گھر کو متاثر کرنے سے کس طرح بچا سکتا ہوں؟

- اپنے متاثر ہوئے فرنیچر یا کپڑوں کو کبھی بھی فروخت نہ کریں یا چندے میں نہ دیں-
- جب آپ متاثر فرنیچر پھینکیں تو اس کو کاٹ کر اور اس کی آرائش میں سوراخ کر کے اس کو دوسروں کے لیے نا پسندیدہ یا غیر استعمال شدہ بنائیں- اس کے اوپر نشان چسپاں کریں کہ " بستر کے کھٹملوں سے متاثر" ہے-

حقائق کی شیٹ nyc.gov/health پر دستیاب ہے- مزید کاپیوں کے لیے 311 سے رابط کریں یا "بستر کے کھٹملوں کو حفاظت ہٹانے کے لیے پوچھیں"