

빈대 Bed bugs

빈대란?

빈대는 작고, 빨리 움직이고, 몸통이 납작하고 타원형이고, 날개가 없는 해충입니다. 크기가 1mm 에서 10mm 까지 다양하며, 색도 황백색에서 적갈색까지 다양합니다. 빈대는 사람과 동물의 피를 빨아 먹습니다. 벼룩이나 이 따위 기생충과 달리, 빈대는 숙주에 기생하지 않고 먹이를 먹을 때만 숙주에 달라붙습니다. 빈대는 밤에 가장 활동적입니다.

빈대는 수면 공간처럼 숨기가 쉽고 정기적으로 먹이를 먹을 수 있는 곳을 선호합니다. 집, 호텔, 학생 기숙사, 보호소 등에서 흔히 볼 수 있습니다. 빈대는 옷, 배낭, 여행용 가방, 책 등에 붙어 이동할 수도 있습니다.

빈대가 보건 문제를 일으키나?

일반적으로 빈대에 물리면 붉은 혹 또는 납작한 부어오름이 생겨 가려울 수 있습니다. 빈대는 일반적으로 얼굴, 목, 팔, 손 등 노출된 살갓(옷에 덮여 있지 않은 부위)을 무는 경향이 있습니다. 물린 자국은 1-2 주 지나야 없어집니다.

빈대는 인간에게 질병을 옮기는 것으로 알려져 있지는 않습니다. 물림에 전혀 반응하지 않는 사람도 있고 약간의 피부 반응이 나타나는 사람도 있습니다. 드물게는 중증 알레르기 반응이 나타날 수도 있습니다.

감염을 예방하려면 빈대에 물린 곳을 긁지 말고 청결하게 유지하십시오. 소독 크림 또는 로션과 아울러 항히스타민제를 사용하면 증상을 완화할 수 있습니다.

빈대에 감염된 집에 사는 몇몇 사람은 불안감, 불면증 등의 정신 건강 영향을 보고한 바 있습니다. 신체적 또는 정신적 건강 증상에 관한 우려가 있을 경우, 보건 의료 서비스 제공자와 상담하거나 **8-1-1** 로 전화하여 공인간호사와 상담하십시오.

빈대가 있다는 것을 어떻게 알 수 있나?

다음과 같은 징후를 찾아보십시오:

- 얼굴, 목, 팔 및 손을 비롯한 몸의 물린 자국

- 침대 시트, 베개, 매트리스, 침대 프레임, 카펫, 의류 및 몸과 밀접하게 접촉하는 기타 물품에 묻은 거무스레한 자국 및 얼룩. 얼룩은 빈대의 똥과 으깨진 빈대의 피입니다
- 살아 있거나 죽은 빈대와 허물

빈대를 예방하려면 어떻게 해야 하나?

빈대가 숨을 수 있는 곳을 줄이십시오:

- 다음과 같은 구역을 자주 진공청소기로 청소하십시오:
 - 모든 가구(특히 매트리스, 박스 스프링 등의 침실 가구)의 밑과 뒤
 - 램프 및 침대 옆 탁자 위 기타 물품의 밑
- 침대 다리에 바셀린을 발라 빈대가 침대 위로 올라가는 것을 방지할 수도 있습니다
- 찢어지거나 떨어진 벽지 및 장식 테두리를 보수하거나 제거하십시오
- 느슨해진 전기 스위치 덮개를 조이십시오
- 나무 침대 프레임, 베이스보드와 베이스보드의 사이, 벽, 천장, 창문, 문틀 및 가구의 모든 균열 및 틈을 메우십시오
- 이웃과 공유하는 벽의 진입점과 아울러 벽 속으로 들어갈 수 있는 개구부(배관, 전선 및 기타 수도/전기/가스 시설)를 점검하십시오
- 잡동사니를 치우십시오

여러분이 집에 들어오는 물품에 주의하십시오:

- 중고품점, 차고 세일, 집 앞에 내놓은 물품 등에서 구한 가구 및 침실용품을 잘 살펴보십시오. 상점 소유주 또는 판매자의 말만 믿지 마십시오
- 새 매트리스가 배송될 때까지는 밀봉되어 있도록 하고, 집에 들어오기 전에 반드시 점검하십시오

빈대를 없애려면?

빈대 퇴치에는 물리적 방제와 화학적 방법이 있는데, 이 두 가지 방법을 병용해야 효과적입니다. 자격증이 있는 해충 방제 전문가의 도움을 받는 것이

바람직합니다. 해충 방제 회사는 흔히 화학적 살충제나 고열을 사용하며, 방제 작업을 여러 번 해야 할 가능성이 큽니다.

집에 빈대가 있는지 검사하십시오. 빈대가 숨을 수 있는 곳을 모두 점검하십시오('빈대를 예방하려면 어떻게 해야 하나?' 참조). 소파에서 잘 때는 구석구석 잘 살펴보십시오. 가구를 더 면밀하게 살펴보기 위해 분해하고, 의자 및 소파 커버를 제거해야 할 수도 있습니다.

가능하면 확인용 빈대를 채집하십시오. 도움이 필요할 경우, 해충 방제 전문가 또는 관할 보건 당국에 문의하십시오.

건물 소유주는 자체적으로 방제 작업을 할 경우, 방제 작업이 안전하고 합법적으로 이루어질 수 있도록 먼저 해당 지방자치체의 조례를 확인해야 합니다.

물리적 빈대 방제법

뜨거운 증기 살포, 세척 및 폐기:

- 침구, 의류 및 배낭을 뜨거운 물과 세제로 세탁한 다음, 가장 뜨거운 건조기 설정으로 건조하십시오
- 크기가 작은 물세탁 불가 및 드라이클리닝 전용 물품은 뜨거운 건조기에 30 분 이상 건조하십시오
- 뜨거운 물로 세척하거나 건조기에 넣을 수 없는 물품은 증기로 세척할 수 있습니다. 수분이 덜 남고, 이에 따라 곰팡이 위험이 줄어드는 건식 증기 또는 저증기 스티머가 가장 좋습니다. 증기는 직접 접촉하는 빈대만 죽이므로, 증기세척기를 천천히 움직여서 증기가 되도록 깊이 침투하게 하십시오
- 깨끗하고 마른 물품은 밀봉되고 튼튼한 밝은 색 비닐봉지, 또는 밀폐 효과가 확실한 뚜껑이 있는 플라스틱 상자에 보관하십시오
- 세척, 가열 또는 증기 세척이 불가능한 물품은 버리고, 이후 매일 진공 청소기로 청소하십시오

진공청소기 청소:

천으로 만든 주머니 또는 호스가 달린 휴대용 진공청소기 및 일반 진공청소기는 빈대에 감염될 수 있기 때문에 빈대 청소에 적합하지 않습니다. 알레르기 또는 천식이 있는 가족이 있는 가정에는 HEPA 필터가 장착된 진공청소기가 권장됩니다.

- 빈대가 숨어 있을 수 있는 모든 곳을 진공청소기로 청소하십시오. 세탁용 브러시로 매트리스 이음새에서 빈대와 알을 제거하십시오

- 진공청소기 먼지 봉투는 밀봉된 비닐봉지에 넣어 버리십시오. 밀폐 뚜껑이 있는 쓰레기통에 비닐봉지를 넣으십시오
- 진공청소기 호스 끝에 종이 수건을 밀어넣고 접촉 테이프를 밀봉하여 빈대가 빠져나가지 못하게 하십시오
- 진공청소기 부속물을 뜨거운 물에 세제로 세척하십시오
- 진공청소기를 대형 비닐봉지에 넣어 밀봉하십시오
- 먼지 봉투가 없는 진공청소기의 경우, 위의 지침을 따르되 캐니스터를 비닐 쓰레기 봉지에 비우고 봉지를 밀봉하여 즉시 폐기하십시오. 진공청소기 먼지통을 뜨거운 물에 세제로 세척하십시오

화학적 빈대 방제법

- 소매점에서 스프레이, 액상 및 분말 제품을 구입할 수 있습니다. 캐나다 보건부(Health Canada)는 살충제가 캐나다의 보건 및 안전 기준을 충족하는지 확인하기 위해 살충제를 규제합니다. 제품을 구매하기 전에 제품 라벨에 해충방제제품(PCP) 번호가 있고, 해당 제품이 빈대 전용으로 등록되어 있는지 확인하고, 용법을 정확히 따르십시오
- 제품 라벨에 특정적으로 표시되어 있지 않은 한, 어떤 방제 제품도 사람, 애완동물 또는 침구에는 사용하지 마십시오
- 아기 침대, 아기 울타리 또는 장난감에 살충제를 사용하지 마십시오
- 화학적 방제에는 자격증을 소지한 해충 방제 전문가가 권장됩니다

자세히 알아보기

빈대 퇴치법에 관해 더 자세히 알아보거나 거주지 관내 유면허 해충 방제 회사를 찾아보려면 다음 웹사이트를 방문하십시오:

- 캐나다 정부 '빈대 - 무엇인가?(Bedbugs - What are they?)' 웹페이지: www.canada.ca/en/health-canada/services/pest-control-tips/bedbugs-what-are-they.html
- 캐나다 해충관리협회(Canadian Pest Management Association): www.pestworldcanada.net

더 많은 HealthLinkBC File 주제를 찾아보려면 www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC주 내에서 비응급 보건 정보 및 조언을 찾아보려면 www.HealthLinkBC.ca를 방문하거나 8-1-1(무료 전화)로 전화하십시오. 청각 장애인은 7-1-1로 전화하십시오. 요청에 따라 130여 개 언어의 번역 서비스가 제공됩니다.