



What Can I Do About Bed Bugs?

Do I have bed bugs?

Bed bugs are a growing problem in all types of living situations. If you have seen bed bugs or have itchy bites that could be from bed bugs DON'T PANIC, but seek help quickly.

There are many steps that you must take to help get rid of bed bugs. Read on:

1. Seek advice. Contact your building or facility manager and arrange for someone to check for bed bugs. If you see bugs, capture them on sticky tape or on a tissue and store them in a plastic bag in the freezer for identification. Insects found where you live could be one of many things. Don't assume that they are bed bugs. Do not move belongings until confirming you have bed bugs. See References for a list of Cooperative Extension diagnostic laboratories.
2. Prepare to clean your living space thoroughly if someone confirms that bed bugs are present. Cleaning includes the following:
 - Wash and dry all clothing on hot settings. Drying on HIGH for at least 30 minutes is more important than washing to kill bed bugs.
 - Washing and drying bed sheets, blankets and pillow cases at high temperatures. Again, drying on HIGH is most important.
 - Shoes, pillows, curtains, coats, plush toys can all be placed into a dryer at a medium to high temperature.
 - Picking up and organizing your personal belongings to reduce the amount of clutter in your living space.
 - Providing access to all walls, closets, space around the bed and furniture for an inspector to search for and get rid of bed bugs.
 - Storing cleaned items in plastic bags away from the problem
 - Vacuuming and washing the floors, or letting a cleaning crew come in to clean.
 - Dispose of vacuum bags immediately, they will contain live bed bugs.
3. Prepare to follow more thorough instructions given to you by the management. Prepare to cooperate and do what is required to eliminate bed bugs. Without your cooperation, the bugs will not be eliminated. There are no simple ways to kill bed bugs.
4. Do not buy or plan to use any over the counter "bug bombs" or insect killers on your own. You will only spread the bed bugs further into your living space and belongings.
5. Do not pick up discarded items on the street. Although there are many valuable items being tossed away, today many of these items, including clothes and shoes, are already infested with bed bugs. Avoid taking these items. Any used furniture, even bought, should be inspected.

¿Que puedo hacer sobre los chinches?



¿Tendremos chinches de camas?

Los chinches de cama son un creciente problema en todo tipo de ambiente. Si usted ha visto algún chinche de cama o tiene picadas que parecen ser de chinches de cama, **NO SE ALARME** pero, busque ayuda de inmediato.

Algunos pasos que usted deberá tomar para eliminar los chinches de una manera segura:

1. Busque ayuda. Comuníquese con el encargado o gerente de su apartamento o vivienda para que éste identifique los chinches. Si usted observa un chinche, agárrelo con un pedazo de cinta adhesiva para que éste se pegue o agárrelo con una servilleta y métele dentro de una bolsita plástica sellada, luego guárdelo en su congelador para que así lo puedan identificar más adelante. Encontrar insectos donde usted vive podría ser solo una cosa entre muchas cosas. No asuma que son chinches de cama. No remueva sus pertenencias hasta que haya confirmado que sí tiene chinches de cama.
2. Prepárese para limpiar cuidadosamente su vivienda si alguien le confirma la presencia de chinches de cama. La limpieza incluye lo siguiente:
 - Lave y seque toda ropa en temperatura bien caliente. Poner toda ropa en la secadora por lo menos 30 minutos en temperatura caliente es más importante que el lavado para matar los chinches.
 - Lave y seque las sábanas, colchas, frisas, y fundas de almohadas en la temperatura más alta que le sea posible. Recuerde, el secado en temperatura bien caliente es el paso más importante.
 - Zapatos, almohadas, cortinas, abrigos, y los peluches también los puede poner en la secadora a una temperatura mediana alta de calor.
 - Recoja y organice sus pertenencias para reducir el desorden en la casa.
 - Provea paso libre a las paredes, roperos, a los espacios alrededor de la cama y los muebles, así el inspector podrá buscar y sacar los chinches.
 - Guarde las cosas limpias en bolsas plásticas alejadas del problema.
 - Pase la aspiradora y/o lave el piso, o contrate una compañía que lo haga.
 - Saque las bolsas de la aspiradora y tírelas a la basura de inmediato ya que en la misma aún podrían haber chinches vivos.
3. Prepárese para seguir las instrucciones que le ofrezca la gerencia de su vecindario. Prepárese para cooperar y hacer lo que sea necesario para eliminar los chinches de cama. Sin su cooperación será difícil eliminar los chinches. No hay maneras simples para eliminar los chinches de las camas.
4. No compre o planee comprar por su cuenta, insecticidas o venenos para matar plagas o insectos. El proceder de esta manera hará que su vivienda y sus pertenencias se sigan infestando.
5. Nunca recoja muebles u otros artículos de la calle. Aunque hay muchos artículos de valor que otros abandonan o venden, hoy día muchas de esas cosas, incluyendo ropa y zapatos, están ya infestados con chinches de camas. Evite adquirir esos artículos. Cualquier mueble usado, aunque usted lo haya comprado, siempre debe ser inspeccionado antes de llevarlo con usted.