



# PHƯƠNG PHÁP HIỆU NGHIỆM ĐỂ NGĂN NGỪA GIÁN VÀ SÂU BỌ TRONG NHÀ

## Tờ Hướng Dẫn Dành Cho Quý Vị Cao Niên và Những Người Săn Sóc Tại Gia

**B**ạn có biết rằng có tám trong mười gia đình trên nước Mỹ dùng thuốc diệt gián sâu bọ trong và ngoài nhà của họ không? Loại thuốc thường hay dùng là thuốc xịt và bẫy gián, thuốc diệt mối, thuốc giết chuột, thuốc xịt sâu bọ, diệt cỏ dại và thuốc cọ bếp và phòng tắm.

### Ảnh Hưởng Tai Hại của Thuốc Diệt Gián Sâu Bọ đến Môi Sinh

Tiếp xúc đến thuốc diệt gián sâu bọ ở lượng cao có thể làm nhức đầu, chóng mặt, co bắp thịt, mệt mỏi, và buồn nôn. Đã có nhiều trường hợp cho thấy nếu tiếp xúc lâu dài hay quá nhiều đến một số thuốc sẽ bị ung thư, ảnh hưởng đến việc sinh nở, và hệ thần kinh.

### Ngăn Ngừa Sự Tiếp Xúc

Ông bà có thể đóng một vai trò quan trọng trong việc giữ cho con cháu mình khỏi bị nhiễm độc từ các thuốc diệt gián sâu bọ bằng cách dùng để cho chúng đến gần thuốc.

Nhiều thống kê về những trường hợp phải đưa vào phòng cấp cứu cho thấy trẻ em dưới sáu tuổi thường dễ bị ngộ độc trong khi thăm viếng ông bà hơn là khi ở nhà vì quý vị cao niên thường không dấu kín các thuốc độc hại và không dạy chúng bằng những nắp chế tạo để trẻ khỏi mở được. Ngoài ra, tuy chỉ có 2.8% các trường hợp ngộ độc xảy ra cho quý vị cao niên, họ lại chiếm đến 5.9% tất cả các trường hợp nguy hiểm đến tánh mạng và 28% số tử vong.<sup>2</sup>

**Nếu bạn hay người thân có triệu chứng bị ngộ độc, hãy gọi Trung Tâm Ngăn Ngừa Ngộ Độc Quốc Gia tại số 1-800-222-1222**

*Xử dụng thuốc diệt gián sâu bọ đúng cách là vấn đề quan trọng cho mọi lứa tuổi.*

*Các vị cao niên có thể dễ bị hại hơn khi tiếp xúc với các thuốc diệt gián sâu bọ bởi vì sự chống chọi của cơ thể với các hóa chất thường giảm dần theo tuổi thọ.*

*Áp dụng chương trình ngăn ngừa sâu bọ có thể giúp bạn tránh dùng các thuốc diệt gián sâu bọ không cần thiết*

#### Chú Thích

1 U.S. EPA, National Household Pesticide Usage Study, 1992, Office of Pesticide Programs

2 National Poison Control Center Data, 1993-1998

## **Bạn có thể làm gì để ngăn ngừa và giảm thiểu sự tiếp xúc với các thuốc diệt gián sâu bọ**

Khi dùng các thuốc diệt gián sâu bọ trong nhà cần phải làm những việc sau đây:

- Đọc nhãn. Nhãn dán ngoài chai thuốc sẽ hướng dẫn bạn cách sử dụng thuốc an toàn và có hiệu lực. Nếu bạn không đọc được, hãy kiếm người giúp mình.
- Chỉ đựng thuốc trong các chai lọ nguyên thủy. Không bao giờ dùng lại chai lọ đã hết thuốc cho các việc khác.
- Tham gia chương trình phế thải nơi bạn đang cư ngụ. Liên lạc công ty đồ rác, cơ quan môi sinh, hay sở y tế địa phương để biết xem họ có chương trình phế thải cho các rác hay vật dụng độc hại hay không. Nếu không, hãy liệng bỏ thuốc theo đúng lời chỉ dẫn trên nhãn dán ngoài lọ.
- Không bao giờ dùng trong nhà các thuốc diệt gián sâu bọ chỉ để xử dụng ngoài trời.
- Không cho bất cứ ai hay gia súc đến gần nơi đang xịt thuốc. Đọc nhãn để biết khi nào có thể quay lại nơi đó an toàn.
- Tránh xịt thuốc nơi có thức ăn, và tránh xịt hết tất cả sàn, tường hay trần nhà.
- Dùng hạn chế nếu cần đến thuốc và chỉ dùng đủ lượng như đã chỉ dẫn trên nhãn dán ngoài lọ.
- Tránh xịt thuốc ngoài nhà trong ngày gió lớn. Trước khi xịt phải đóng các cửa ra vào và cửa sổ.
- Sau khi xịt thuốc, rửa sạch các phần trên thân thể hay quần áo có thể đã tiếp xúc đến thuốc.

## **Hãy Áp Dụng Chương Trình Ngăn Ngừa Sâu Bọ (IPM) - Tránh Dùng Thuốc Diệt Gián Sâu Bọ Không Cần Thiết**

Cơ Quan Bảo Vệ Môi Sinh Hoa Kỳ khuyến khích việc áp dụng chương trình ngăn ngừa sâu bọ, thường được gọi là IPM để ngăn chặn chúng trong nhà hay trong các chung cư. IPM là chương trình ngăn ngừa gián sâu bọ bằng những phương pháp không phải dùng đến thuốc hoặc nếu phải dùng thì chỉ dùng các loại ít độc hại để giảm thiểu những tai hại có thể xảy ra cho sức khoẻ và môi sinh.

Thí dụ quý vị có thể dùng bẫy, mồi, hay keo thay vì xịt thuốc để diệt gián. IPM bảo vệ sức khoẻ của những người dễ bị ảnh hưởng đến như quý vị cao niên.

## **Hãy biết thêm về Đề Án Cho Người Già của EPA**

Đề Án Cho Người Già được lập ra để bảo vệ sức khoẻ của quý vị cao niên bằng cách phối hợp các cuộc nghiên cứu với các chương trình phòng ngừa và hướng dẫn cho công chúng. Muốn biết thêm chi tiết, xin vào mạng lưới của Đề Án Cho Người Già tại [www.epa.gov/aging](http://www.epa.gov/aging)

Muốn biết thêm tin tức về các thuốc diệt gián sâu bọ, xin gọi 703-305-5017 hay vào mạng lưới của chúng tôi tại [www.epa.gov/pesticides](http://www.epa.gov/pesticides)

**AGING**  
Initiative

