

## खटमल

### खटमल क्या होते हैं?

खटमल छोटे परजीवी कीड़े होते हैं जो पूरी तरह से गर्म खून वाले जानवरों के रक्त पर भोजन करती हैं। मनुष्यों के लिए उपद्रव पैदा करने वाले खटमलों की दो प्रजातियाँ हैं, अर्थात् सामान्य खटमल, सिमेक्स *लेक्टुलारियस*, और उष्णकटिबंधीय खटमल, *सिमेक्स हेमिप्टेरस*। पहला दुनिया भर में वितरित है जबकि दूसरा मुख्य रूप से उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों में पाया जाता है। दोनों प्रजातियाँ हांगकांग में पाई जाती हैं।

हालाँकि खटमल की उपस्थिति पारंपरिक रूप से विकासशील देशों में एक समस्या के रूप में देखी गई है, यह हाल ही में संयुक्त राज्य अमेरिका, कनाडा, यूनाइटेड किंगडम, यूरोप और कोरिया के अन्य हिस्सों में तेजी से फैल रही है।

### खटमलों का जीवन चक्र क्या है?

खटमल अंडे, अप्सरा और वयस्क चरणों से गुजरते हैं। अंडे 18 से 25°C तापमान पर लगभग एक सप्ताह में निकलते हैं; अप्सरा चरण को पूरा होने में 14 से 30 दिन लगते हैं। वयस्क खटमलों का जीवन काल 9-18 महीने तक पहुंच सकता है, और प्रति वर्ष अनुकूल परिस्थितियों में छह से सात पीढ़ियों का उत्पादन किया जा सकता है। खटमलों आमतौर पर सामान, कपड़े, बिस्तर और फर्नीचर जैसी वस्तुओं के माध्यम से एक स्थान से दूसरे स्थान पर ले जाया जाता है।

### क्या खटमल रोग फैलाते हैं ?

खटमल वर्तमान में बीमारी फैलाने के लिए नहीं जाने जाते हैं।

### खटमल के संक्रमण के लक्षण क्या हैं?

खटमल प्रभावित क्षेत्र का दौरा करते समय खटमल के काटने का खतरा होता है, खासकर उन लोगों के लिए जो रहने वालों की अधिक संख्या वाले क्षेत्रों में रहते हैं (जैसे छात्रावास के कमरे और होटल)। सोते समय शरीर के अंगों (जैसे चेहरा, गर्दन, हाथ और हाथ) पर काटने के निशान अक्सर पाए जाते हैं। इन काटने के निशान को कुछ लोगों में विकसित होने में 14 दिन तक का समय लग सकता है। काटने के लिए व्यक्तिगत प्रतिक्रियाएं अलग-अलग होती हैं, कोई दिखाई न देने वाले प्रभाव से लेकर छोटे लाल धब्बे तक, अधिक गंभीर एलर्जी प्रतिक्रियाओं तक। एलर्जी के लक्षणों में काटने की जगह पर बड़े हुए काटने के निशान और दर्दनाक सूजन शामिल हो सकते हैं। काटने से खुजली हो सकती है, जिससे अत्यधिक खरोंच हो सकती है जिससे द्वितीयक त्वचा संक्रमण की संभावना बढ़ जाती है।

खटमल गद्दे और चादरों की तह में पाए जा सकते हैं। इसके अलावा, गद्दे या आस-पास के फर्नीचर पर खटमल के बाहरी कंकाल या जंग लगे रंग के धब्बे (खटमल का मल) पाए जा सकते हैं।

### खटमलके काटने का प्रबंधन कैसे करें?

खटमल का काटना आमतौर पर एक से दो सप्ताह में ठीक हो जाता है। व्यक्तियों को काटने को खरोंचने से बचना चाहिए और प्रभावित क्षेत्र को साफ रखना चाहिए। असुविधा को दूर करने के लिए रोगसूचक उपचार दिया जा सकता है। यदि लक्षण बने रहते हैं या बिगड़ जाते हैं तो चिकित्सीय सलाह लें। काटने पर गंभीर एलर्जी प्रतिक्रिया वाले रोगियों के लिए, सहायक प्रबंधन के साथ अस्पताल में भर्ती की आवश्यकता हो सकती है।

## यदि खटमल के संकेत पाए जाते हैं तो क्या करें?

- संक्रमित कंबल और बिस्तर के कपड़ों को गर्म पानी (60 डिग्री सेल्सियस) में धोएं, फिर धूप में सुखाएं या इस्ती करें।
- उन वस्तुओं को सील करें जिन्हें प्लास्टिक की थैलियों में गर्मी-उपचारित नहीं किया जा सकता है और 24 घंटे के लिए फ्रीजर (-18 °C) में रखें।
- गर्म हवा या भाप सीधे दरारों पर लागू करें जहां खटमल पाए जाते हैं।
- फर्निचर, फर्श और दीवारों में दरारों जहां खटमल पाए जाते हैं, उसके उपचार के लिए अवशिष्ट कीटनाशकों का प्रयोग करें
- खटमल नियंत्रण और रोकथाम पर पेशेवर सेवाएं प्रदान करने के लिए एक कीट नियंत्रण कंपनी नियुक्त करने पर विचार करें।

## खटमल प्रभावित क्षेत्रों की यात्रा करने वाले लोगों के लिए कोई विशेष सलाह?

### यात्रा से पहले

- यदि संभव हो तो खटमलों को चिपकने से रोकने के लिए कठोर आवरण वाले लगेज का उपयोग करें।
- खटमल को इससे जुड़ने से रोकने के लिए अपने कपड़ों को फिर से सील करने योग्य प्लास्टिक बैग में पैक करें।

### यात्रा के दौरान

- खटमलों के लिए बिस्तरों, तकियों, गद्दे और असबाब वाले फर्निचर की जाँच करें और यदि खटमलों के संकेत हों तो कमरा बदल लें।
- लगेज को कालीन पर रखने से बचें, इसे कैबिनेट या शेल्फ पर रखें।
- लगेज में कपड़े रखें और उपयोग में न होने पर सामान बंद रखें।

### यात्रा के बाद

- खटमलके लिए लगेज और कपड़ों की सावधानीपूर्वक जांच करें।
- यदि संदेह है, तो ऊपर दी गई सलाह के अनुसार गर्म पानी और भाप के साथ कपड़ों और वस्तुओं का प्रबंधन करें।

[घरेलू परिसरों में खटमल की रोकथाम और नियंत्रण पर दिशा निर्देश \(भोजन द्वारा और पर्यावरण स्वच्छता विभाग\)](#)

[https://www.fehd.gov.hk/english/pestcontrol/library/pdf\\_pest\\_control/bedbugs.pdf](https://www.fehd.gov.hk/english/pestcontrol/library/pdf_pest_control/bedbugs.pdf)

13 नवंबर 2023 (13 November 2023)