



PLUSKWY W MIESZKANIU – Krótki poradnik informacyjny

Czym są pluskwy? [1][2]

Pluskwy (najczęściej pluskwa domowa – *Cimex lectularius*) to małe, krwiopijne owady aktywne głównie nocą. Nie są związane z brakiem higieny – mogą pojawić się w każdym mieszkaniu.

Gdzie najczęściej występują w mieszkaniach? [1][3]

Pluskwy ukrywają się w trudno dostępnych miejscach, najczęściej:

- łóżka, materace, stelaże łóżek,
- szwy materacy i pościeli,
- tapicerowane meble (kanapy, fotele),
- listwy przypodłogowe i szczeliny mebli,
- okolice gniazdek elektrycznych i ramy obrazów.

Jak rozpoznać obecność pluskiew? [1][2]

Najczęstsze objawy to:

- swędzące ślady po ukąszeniach, często w liniach,
- plamki krwi na pościeli,
- ciemne kropki (odchody) na materacu lub ramie łóżka,
- charakterystyczny, mdławy zapach.

Jak można przynieść pluskwy do domu? [1][3]

Najczęściej poprzez:

- bagaż po podróżach (unikaj stawiania bagażu na łóżku),
- używane meble i materace (przed użyciem sprawdź czy nie ma w nich pluskiew),
- odzież i pościel,
- kontakt z innymi lokalami w budynkach wielorodzinnych, gdzie występują pluskwy.

Jak unikać i zwalczać pluskwy? [2][3]

Skuteczne postępowanie obejmuje metody łączone:

- pranie i suszenie tekstyliów w temperaturze co najmniej 60°C,
- dokładne odkurzanie szczelin i natychmiastową utylizację worków,
- stosowanie parownic i wysokiej temperatury,
- w razie potrzeby – profesjonalną dedykowaną dezynsekcję, w tym wykonywaną przez specjalistyczne firmy DDD (Dezynfekcja, Dezynsekcja i Deratyzacja).



**CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI**

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Kaliszu
ul. Kościuszki 6 | 62-800 Kalisz
+48 62 76 77 610
sekretariat.psse.kalisz@sanepid.gov.pl
adres e-Doręczeń: AE:PL-56543-50262-JCVUB-20
BDO: 000099028

Uwaga: Pluskwy są często odporne na popularne środki owadobójcze. Samodzielne opryski zwykle nie eliminują problemu.

Pamiętaj!! [1][2]

Pluskwy nie przenoszą chorób zakaźnych, ale powodują silny świąd, zaburzenia snu i stres. Wczesna reakcja znacząco ułatwia skuteczne usunięcie problemu.

Materiał opracowany na podstawie materiałów źródłowych przez:

Sekcję Higieny Komunalnej
Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Kaliszu

Materiały źródłowe

1. Górski P., Karabowicz J. Inwazje pluskiew (*Cimex spp.*) – narastający problem. *Życie Weterynaryjne*, 2024; 99(1).
2. Parola P., Izri A. Bedbugs. *New England Journal of Medicine*, 2020; 382:2230–2237.
3. Romero A. i wsp. Pest management strategies for bed bugs. *Journal of Integrated Pest Management*, 2017.