

Uống nước cây sả tươi làm cho tế bào ung thư tự tiêu hủy

[Lemon aroma in herbs like lemon grass kills cancer cells in vitro ...](#)

Apr 2, 2006 ... By **Allison Kaplan Sommer** April 02, 2006. At first, Benny Zabidov, an Israeli agriculturalist who grows greenhouses full of lush spices on a ...



Tại Do Thái, ruộng rẫy trồng sả tươi là thánh địa cho bệnh nhân ung thư (cancer)

Uống một liều lượng nhỏ chừng 1g cây sả tươi, chứa đủ chất dầu làm cho tế bào cancer tự hủy trong ống nghiệm.

Các nhà nghiên cứu người Do Thái đã tìm ra đường lối làm cho tế bào cancer tự hủy diệt. Tại trường đại học

Ben Gurion, Đầu tiên người ta thấy một nông dân tên là Benny Zabidov, người này đã trồng một loại cỏ trong trang trại Kfar Yedidya của mình thuộc vùng Sharon, ông này không hiểu sao có rất nhiều bệnh nhân cancer, họ đến từ khắp nơi trong nước, tập trung trước cửa nhà Zabidov hỏi xin cây sả tươi. Thì ra các bác sĩ bảo họ đến. Họ được khuyên phải **uống mỗi ngày 8 lần cây sả tươi chung với nước sôi** trong những ngày họ đến chữa bằng radiation và chemotherapy.

Tất cả bắt nguồn từ các nhà nghiên cứu tại trường đại học Ben Gurion thuộc vùng Negev, năm ngoái họ đã khám phá ra dầu thơm trong cây sả đã diệt được tế bào cancer trong ống nghiệm, trong khi tế bào lành vẫn sống bình thường. Dẫn đầu toán nghiên cứu là bác sĩ Rivka Okir và giáo sư Yakov Weinstein, giữ chức vụ của Albert Katz Chair, trong nghiên cứu sự khác biệt của tế bào và những bệnh ác tính. từ các phân khoa vi sinh học và miễn nhiễm tại BGU.

Chất dầu sả là chìa khóa cấu thành đã tạo mùi thơm chanh và mùi vị dược thảo như cây sả (*Cymbopogon citratus*), melissa (*melissa officinalis*) and verbena (*Verbena officinalis*)



Theo Ofir, sự học hỏi tìm ra chất dầu sả gây cho tế bào cancer tự tử gọi là chương trình gây sự tử vong của tế bào (programmed cell death).

Uống một liều lượng nhỏ 1g cây sả có đủ chất dầu thúc đẩy tế bào cancer tự hủy trong ống nghiệm! Các nhà thanh tra thuộc

trường BGU thử lại sự ảnh hưởng của chất dầu sả trên tế bào cancer bằng cách cho thêm tế bào lành, đã được nuôi cấy, vào. Số lượng cho vào bằng với số lượng trà cây sả với 1g đã được ngâm nước sôi. Nhận thấy **trong khi chất dầu sả diệt tế bào cancer thì tế bào lành vẫn sống bình thường.**

Sự khám phá được đăng trên báo khoa học Planta Medica, được nhấn mạnh về các sự thí nghiệm các phương thuốc chữa trị bằng dược thảo. Ngay sau đó, sự khám phá đã được đưa lên phổ biến bằng các phương tiện truyền thông công chúng.

Tại sao dầu sả lại tác dụng như vậy? Không ai biết chắc chắn, nhưng các khoa học gia trường BGU đã đưa ra một lý thuyết: trong mỗi tế bào của cơ thể chúng ta có một chương trình di truyền, nó đã gây ra một "chương trình tế bào chết". Khi có điều gì sai lạc, tế bào phân chia ra mà không kiểm soát được và trở thành tế bào cancer.

Ở tế bào bình thường, khi tế bào khám phá ra hệ thống kiểm soát không điều hành đúng, thí dụ khi nó nhận thấy tế bào chứa đựng những di truyền sai lạc khi phân chia – nó sẽ kích hoạt cho tế bào chết đi, đó là sự giải thích của Weinstein. Sự nghiên cứu này đã cho thấy lợi ích của dược thảo trên về mặt y khoa.

Sự thành công của họ đã đưa tới kết luận về cây sả, có chứa chất dầu, được coi như có khả năng chống lại tế bào cancer, như là họ đã từng nghiên cứu tại trường BGU và đã được phổ biến trên truyền thông, nhiều bác sĩ tại Do Thái đã bắt đầu tin tưởng những nghiên cứu có thể mở rộng hơn nữa, trong khi vẫn khuyến cáo những bệnh nhân, tìm đủ mọi cách để chống lại căn bệnh này, bằng cách dùng cây sả để tiêu diệt tế bào cancer.

Đó là lý do tại sao trang trại của Zabidov – nơi duy nhất trồng cây sả (lemon grass) tại Do Thái – đã trở nên một thánh địa cho những bệnh nhân này. May mắn thay họ đã tự tìm thấy đôi bàn tay thần diệu. Zabidov đón tiếp những người khách viếng thăm với những ấm trà cây sả và những đĩa bánh ngọt bằng thái độ niềm nở, ông ta nói: ` Cha tôi chết vì cancer, chị vợ tôi chết khi còn trẻ cũng vì cancer. Vì vậy tôi hiểu rõ những gì họ đã phải chịu, và tôi có thể không biết gì về thuốc men, nhưng tôi biết lắng nghe. Những bệnh nhân thường nói với tôi về sự điều trị đắt tiền mà họ phải trải qua. Tôi không bao giờ bảo họ ngưng chữa trị, nhưng cũng rất tốt khi họ dùng thêm trà cây sả.

Zabidov biết rõ tiếng gọi của nghề nông đã đến với ông từ thời trai trẻ. Ở tuổi 14, ông đã theo học trường trung học canh nông Kfar Hayarok. Sau khi phục vụ trong quân đội, ông làm việc cùng nhóm lý tưởng chủ nghĩa hướng về phương nam, trong vùng sa mạc Arava một moshav mới (agriculture settlement) gọi là Tsofar.

Ông ta mỉm cười và nói: ' chúng tôi rất thành công. Chúng tôi trồng trái cây và rau. Chúng tôi cũng nuôi nấng những đứa con xinh xắn. Trong một chuyến du lịch sang Âu châu vào giữa thập niên 80, ông ta bắt đầu thích dược thảo. Do Thái, ở một thời, thường có khuynh hướng là không gì thích hơn các món ăn Đông phương và chỉ có một số thể loại dược trồng có tính thương mại như cây cần tây (parsley), cây thì là (dill), cây ngò thơm (coriander).

Đi lang thang trong khu chợ Paris, tìm kiếm một vài loại dược thảo, Zabidov đã thấy được một tiệm lực có thể xuất cảng to lớn nằm trong một góc chợ. Zabidov mang mẫu về nhà, ông ta mỉm cười, nói: đây là sự bất hợp lệ có tính kỹ thuật, để xem chúng có thể lớn lên trong nhà kính vùng sa mạc không. Không bao lâu ông ta có thể trồng các

loại như rau húng quế (basil), cây kinh giới (oregano), cây ngải giấm (tarragon), một loại tỏi (chives), cây đan sâm (sage), và bạc hà. Công việc của ông ta là phát triển cơ ngơi vùng sa mạc, ông ta quyết định di chuyển về phía bắc, lập trang trại moshav tại Kfar Yedidya, một giờ rưỡi lái xe ở phía bắc Tel Aviv. Bây giờ ông ta bán hàng mấy trăm kí lô cây sả mỗi tuần và đã ký kết những hợp đồng phân phối hàng với các tiệm thực phẩm. Zabidov đã chính mình học hỏi về đầu cây sả và giúp khách hàng của ông ta hiểu biết hơn nữa, cũng như mời các chuyên gia y khoa tới trang trại của ông ta, nói chuyện về công dụng của cây sả. Ông ta cũng có trách nhiệm để nói chuyện với khách hàng của mình về cách dùng dược thảo này, Khi tôi nhận thấy có gì xảy ra, tôi cầm phone lên và gọi bác sĩ Weinstein ở đại học Ben Gurion, vì những người này hỏi tôi cách tốt nhất để dùng dầu cây sả. Ông ấy nói ngâm sả trong nước sôi và uống 8 ly mỗi ngày.

Zabidov là người có công tìm ra cây sả, không phải đơn giản chỉ cho công việc trong trang trại, mà còn vì ảnh hưởng đến sức khỏe của chính ông ta. Ngay cả trước khi sự lợi ích của cây sả được biết đến và sử dụng, ông ta và gia đình đã uống trà cây sả hằng năm bởi vì hương vị thích thú của nó.



Ảnh minh họa esu.edu.

Tôi khuyên bạn đừng nên đốt cháy việc học nếu bạn có cơ hội học tập tại Mỹ. Tương lại bạn sẽ trả lời câu hỏi đó. Còn nếu bạn đi du học rồi trở về Việt Nam để làm thì không cần phải học lại đại học, học thẳng lên cao học cho rẻ tiền, rồi lĩnh lương Việt Nam đi. Nhân đọc bài bằng cấp ở Việt Nam có được công nhận tại Mỹ không và bài các loại trường học ở Mỹ, tôi có vài ý kiến sau.

Bạn từ Việt Nam đến nước Mỹ để học. Bao nhiêu năm nay trong cuộc đời bạn ăn cơm Việt, ở nhà Việt, giao tiếp bằng tiếng Việt, tranh luận cũng bằng tiếng

Việt. Mọi thứ đều là Việt. Nay bạn đến nước Mỹ lấy tấm bằng đại học và định ở lại cạnh tranh với người Mỹ trong việc chạy đua tìm việc làm. Liệu bạn có đủ sức cạnh tranh với người Mỹ ở đỉnh cao công việc hay không? Bạn muốn được trả lương như người Mỹ? Bên cạnh đó, người Mỹ đã có nền tảng trình độ tiếng Anh trong hơn 12 năm từ cấp 1 đến cấp 3.

Trung bình chương trình đại học đòi hỏi bạn khoảng từ 120 units (3 unit/lớp = 40 lớp) đến 130 units. Giả sử bạn được chấp nhận khoảng 10-70% tín chỉ từ Việt Nam chuyển sang. Bạn học còn lại 90-30% tại đại học ở Mỹ. Bạn có dám tự tin là mình sẽ làm tốt công việc hơn người Mỹ không? Hiện giờ tỷ lệ thất nghiệp đang rất cao tại Mỹ (khoảng trên dưới 10%). Tôi khuyên bạn đừng nên đốt cháy việc học nếu bạn có cơ hội học tập tại Mỹ. Tương lại bạn sẽ trả lời câu hỏi đó. Còn nếu bạn đi du học rồi trở về Việt

Nam để làm thì không cần phải học lại đại học, học thẳng lên cao học cho rẻ tiền, rồi lĩnh lương Việt Nam đi.

Ngay bản thân tôi, từng học Đại học Kinh tế tại Việt Nam. Tôi đến Mỹ năm 2005, nộp đơn xin việc bookkeeper trong 6 tháng đầu nhưng không ai nhận vì tôi không biết phần mềm kế toán của Mỹ. Phần mềm Quickbooks tuy rất dễ nhưng Đại học Kinh tế đầu có đào tạo tại tôi đâu. Họ đào tạo Words, Excel, Access nhưng cái các công ty nhỏ của Mỹ đang dùng là Quickbooks kia mà. Thế rồi tôi lao vào học tại Adult Education lớp Accounting, Quickbooks, Excel, Access, Word, English... trong vòng 6 tháng. Tôi học như điên từ 9 giờ sáng đến 10 giờ đêm trong 6 tháng. Học vừa xong tôi nộp đơn xin làm Bookkeeper cho một cửa hàng bán hoa với mức lương 8 USD/giờ. Làm khoảng 3 tháng tôi nhảy việc sang công ty khác với mức lương 10 USD/giờ, rồi 13 USD/giờ... Cuối năm 2007, khi nộp đơn xin việc tại một công ty phần mềm giáo dục, mức lương của tôi đạt được 20 USD/giờ, cũng là vị trí Bookkeeper. Ông chủ là người Ấn Độ, phải nói là ông ta rất thông minh trong vai trò vừa là kỹ sư vừa là chủ tịch của công ty. Công việc Bookkeeper cho người Ấn Độ không phải dễ dàng, không chỉ là nhập số liệu như data entry. Ban ngày đi làm, ban đêm đi học. Tôi bắt đầu nhập học tại San Jose Community College (SJCC) năm 2006. Nhưng kiến thức tại SJCC không đủ để tôi tồn tại trong công ty phần mềm này. Ông chủ tôi trả lương Bookkeeper nhưng muốn tôi làm tốt công việc hơn cả CPA (Certified Public Accountant), CPA chủ yếu là lắng nghe ý kiến của tôi rồi ký APPROVAL mà thôi. Nếu để CPA tự làm mọi thứ thì công ty phải trả thêm tiền. Thế là tôi năn nỉ bạn bè học tại đại học (univeristy) cho tôi đi học ké một số môn như Income tax, Payroll tax, Corporataion tax... Trường SJCC không có dạy Corporation tax, Payroll tax... phải đợi vào San Jose State University (SJSU) mới có lớp đó. Nếu tôi đợi đến lúc vào được SJSU để học thì tôi đã mất công việc tại công ty phần mềm này rồi.

Khi khai thuế cho năm 2009, CPA không dùng hết credit từ Net operation loss (NOL) từ năm 1999 khoảng \$300,000 (NOL của 1999 sẽ hết hạn trong năm 2010 thuế). Năm tới công ty có lãi nên phải tận dụng cho năm 2009. Tôi đề nghị CPA chỉnh sửa lại thuế 2009 (tax amendment). Thế là tôi tiết kiệm được khoảng 100.000 USD tiền thuế cho công ty trong năm tới (Coporation tax là 30% của net income). Ông chủ tôi rất tin tưởng tôi mọi thứ nhưng khi tôi đề nghị tăng lương thì ông chủ tôi lại bảo tôi là ông cứ đi tìm việc làm tại công ty khác nếu họ trả lương cho tôi cao hơn. Ba năm qua tôi không hề được tăng lương thêm một đồng nào cả. Đó là ví dụ để bạn thấy sức cạnh tranh tại Mỹ khốc liệt cỡ nào nếu bạn muốn được việc làm tốt với mức lương cao. Nói về trình độ tiếng Anh của tôi, chồng tôi là người Mỹ da trắng chính gốc. Mỗi ngày đều cùng tôi giao tiếp tiếng Anh, coi phim Mỹ, tranh luận Mỹ nhưng chồng tôi vẫn thường khuyên tôi nên đăng ký học lại speaking vì giọng của tôi phát âm không tuyệt đối chuẩn như người Mỹ. Hiện giờ tôi đã lên SJSU. Sau khi tốt nghiệp xong tôi sẽ đăng ký học lại speaking. Khi thi vào SJCC, tôi đã đủ điểm vào English 1A nên tôi không phải học ESL. Đó là sai lầm rất lớn của tôi vì môn nói và luyện giọng không được rèn luyện một cách có khoa học tại trường.

Vì lấy chồng Mỹ nên tôi phải tự kiếm tiền trang trải học phí, sinh hoạt. Chồng tôi không hề giúp đỡ vì muốn tôi tự đứng trên đôi chân của chính mình. Tôi không hối hận đã lấy chồng Mỹ vì đổi lại chồng tôi rất tôn trọng tự do của tôi và tôi được nói tiếng Anh, tranh luận tiếng Anh hằng ngày miễn phí với chồng tôi. Cái gì cũng có cái giá của nó.

Năm đầu khi đến Mỹ, tôi không được vào College liền vì California đòi hỏi tôi phải trả mức học phí Out of state nếu tôi chưa sống tại California đủ một năm. Tôi đến Mỹ với hai bàn tay trắng. Không có tiền để vào Community College học thì làm sao tôi có thể đủ tiền vào University đây? Tôi đi học tại Adult Education. Tại đây tôi quen một cô bạn người Đài Loan, và một cô bạn người Trung Quốc. Cả hai đều có kinh nghiệm thâm niên về kế toán ở đất nước họ. Cô bạn người Đài Loan vì quá tự tin về 10 năm kinh nghiệm kế toán tại Đài Loan, khi đi xin việc làm không chịu chấp nhận mức lương khởi điểm 10 USD/giờ vì cô ta chưa có kinh nghiệm tại Mỹ nên đâu ai dám trả lương cao. Cuối cùng, nghe lời tôi khuyên bảo cô ta chấp nhận mức lương đó nhưng vì có quá nhiều kinh nghiệm từ Đài Loan cô ta không chịu thay đổi theo yêu cầu việc làm của Mỹ, thế là cô ta thất nghiệp cho đến hôm nay. Còn cô bạn Trung Quốc của tôi, cô ta nộp đơn vào thẳng để học thạc sỹ về kế toán. Học nửa chừng cô ta không theo kịp chương trình vì trình độ nền tảng kiến thức xã hội không có, tiếng Anh không được đào tạo bài bản mặc dù cũng có chồng người Mỹ như tôi. Bây giờ cô ta chấp nhận làm việc với mức lương 11 USD/giờ cho công việc tiếp tân của một công ty Trung Quốc. Trong lúc học tại SJCC, tôi có một cô bạn thân người Việt. Cô ta học xong SJCC và nộp đơn xin vào SJSU ngành kế toán. Khi nộp đơn cô điền vào đơn là có bằng đại học tại Việt Nam. Trường SJSU bắt cô ta phải nộp bằng điểm từ Việt Nam. Tốn rất nhiều công sức và thời gian mới lấy được bằng điểm Việt Nam sang đây nộp cho SJSU (lấy bằng điểm, dịch bằng điểm, đánh giá bằng điểm...). Làm xong mọi thủ tục, cô ta nhận được thông báo của trường là tiểu bang (California state) cắt giảm ngân sách nên không chấp nhận người học có hai bằng đại học trừ khi là cô ta chịu đổi sang học ngành không hot tại SJSU. Ngành kế toán, quản trị, business, engineering... là những ngành hiện đang hot tại trường này. Ngành không hot là ngành ngôn ngữ học, toán... Chị họ của tôi đến Mỹ trước tôi nên chị ta tốt nghiệp đại học 4 năm trước tôi. Chị ta tốt nghiệp ngành kế toán nhưng không xin được việc làm tại các công ty Mỹ vì chị ta không có khả năng giao tiếp tiếng Anh thiệt lưu loát. Cuối cùng đành chấp nhận công việc văn phòng tại một nhà trẻ tư nhân. Người ta giao cho chị làm giấy tờ, không để chị làm kế toán vì không tin tưởng trình độ tiếng Anh của chị.

Bản thân tôi hiện đang học tại SJSU. Tôi định sau này khi tốt nghiệp sẽ tìm việc làm cho chính phủ hoặc mở văn phòng CPA của chính tôi. Để mở văn phòng CPA, tôi phải tranh thủ nâng cao kinh nghiệm kế toán cũng như phải trải qua các kỳ thi về CPA. Bên cạnh đó, tôi không ngừng nâng cao về mặt tiếng Anh và kiến thức xã hội.

Muốn thành công tại Mỹ tôi phải nỗ lực rất nhiều. Kinh nghiệm của tôi là không nên đốt cháy một giai đoạn nào cả. Đã vào đại học học thì tiếc gì phải học thêm vài môn nữa. Đã mua con trâu rồi còn tiếc gì sợi dây thừng phải không bạn?

Jolene

Những "kẻ trộm" máu người ranh ma

Tui vẫn chưa hết hoang mang về nạn bọ xít hút máu người thì đùng 1 cái, tui nghe người ta oai oái chuyện rệp hút máu người ở Hà Nội. Rệp là sinh vật hút máu người từ trước giờ rồi, nhưng tui biết là chúng đã bị diệt từ lâu. Ai dè bây giờ "sống lại" thử hỏi có ớn sống lưng không cơ chứ.



Bọ xít hút máu người

Đang ngủ ngon mà bị chích 1 cái, ai dà... đau thế nào chịu được. Lật lên thấy mấy em rệp nữa thì xiu đi còn hơn.



Rệp giường hút máu người

Ngủ ở nhà đôi khi bị chích mình vẫn còn có thể diệt được, chỉ cần vệ sinh kỹ lưỡng là ok. Nhưng mấy người chuyên ngủ khách sạn thì phải coi chừng chuyện này đó. Giường chiếu dùng chung, đôi khi cũng được giặt giũ đó nhưng chắc gì không có rệp? Mà bọn háu ăn đó cần gì quan tâm máu người bệnh hay máu người không bệnh. Chúng chỉ cần kê cái mỏ gớm ghiếc của chúng vào rồi hút máu cốt để no bụng thôi. Nhiều khi trong "cơn say" chúng truyền bệnh từ người này sang người khác lắm chớ. Lúc đó thì bó tay. Không tài nào ngăn chúng được đâu.



Người con rệp đỏ hồng lên sau khi hút máu người

Bởi vậy mọi người phải ngăn ngừa từ đầu, may ra còn kịp. Hiện tại rệp hút máu người mới chỉ xuất hiện ở 1 khách sạn trên đường Hai Bà Trưng (Hà Nội), chưa lan rộng (cũng có thể chưa bị phát hiện) nên mọi người hãy an tâm. Tuy nhiên chính bản thân mỗi cá nhân, mỗi gia đình phải tự giác vệ sinh nhà cửa, phun hóa chất diệt côn trùng như Fendona, Icon, Permethrin 50EC... kết hợp với việc giặt giũ, phơi nắng chăn màn kĩ lưỡng. Có vậy mới phần nào hạn chế sự hoành hành của chúng, đồng thời bảo vệ sức khỏe cho chính gia đình mình nữa.



Rệp giường cái đẻ trung bình 5 trứng/ngày

Đừng để bản thân và gia đình trở thành "mồi" ngon cho bọn gớm ghiếc này nhé!

Và sau đây là 1 số thông tin về loài rệp giường đáng sợ này. Mọi người xem qua nha:

Theo các nhà khoa học, rệp giường là loài côn trùng thuộc bộ bọ xít (Hemiptera), có mùi hôi, cơ thể dẹt, kích thước khoảng 4 – 5 mm. Bình thường, cơ thể chúng có màu vàng nhạt, khi hút no máu người hoặc động vật chúng chuyển thành màu nâu đỏ. Vòng đời của rệp giường gồm 3 giai đoạn: Trứng, thiếu trùng và trưởng thành. Trứng màu trắng sữa hoặc trắng xanh, dài khoảng 1 mm. Thiếu trùng giống với rệp giường trưởng thành nhưng kích thước nhỏ hơn. Để hoàn thành sự phát triển từ trứng đến

trưởng thành, cần thời gian từ 6 tuần đến vài tháng, tùy thuộc vào nhiệt độ môi trường và điều kiện dinh dưỡng. Rệp giường hút máu vào ban đêm nhưng nếu điều kiện thuận lợi hoặc rệp đói lâu ngày, chúng cũng đốt người vào ban ngày.

Thời gian hút máu của rệp trưởng thành khoảng 5-10 phút, sau 2-3 ngày, rệp lại hút máu một lần, thế nhưng, chúng có thể nhịn đói mà vẫn sống đến vài năm. Rệp giường cái đẻ trung bình 5 trứng/ngày và trong vòng đời của mình, chúng có thể đẻ tới 500 trứng.

Biện pháp diệt rệp



Biện pháp đơn giản nhất là dùng que khều bắt rệp ở khe giường, giữ chiếu xuống sàn để tìm rệp và diệt. Sau đó dùng nước sôi dội vào các khe, kẽ giường hoặc dùng đóm lửa lửa vào để đốt chết rệp con và làm ung trứng. Cũng có thể dùng nước xà phòng đun nóng để đổ vào, rồi cọ rửa sạch và phơi ra ngoài nắng.

Nếu có điều kiện, dùng dụng cụ hun khói chứa hóa chất pyrethroid diệt côn trùng để hun khói trong nhà. Dụng cụ sẽ cháy khoảng 3-15 phút và chỉ có thể dùng được một lần. Một làn khói với các hạt hóa chất rất nhỏ được sinh ra có thể len lỏi vào các khe kẽ để giết chết rệp và bọ chét, ruồi, muỗi. Loại màn tắm hóa chất dùng phòng chống muỗi sốt rét cũng có tác dụng làm sạch rệp và chấy.

Với những ngôi nhà bị nhiễm rệp nặng, cần phải phun hóa chất diệt tồn lưu do đơn vị quân y thực hiện. Có thể dùng dipterex 2-3%, DDVP 3‰ hoặc pyrethrin 0,1-0,2% phun vào nơi có rệp. Chỉ một lần phun cũng có thể tiêu diệt rệp, nhưng nếu rệp vẫn còn thì có thể phun lại một lần nữa cách lần thứ nhất không dưới 2 tuần. Thường phải phun đến khi tường và sàn nhà ướt (tương ứng với 1 lít cho 50 m² đối với bề mặt không thấm nước, 5 lít cho bề mặt thấm nước như tường gạch, đất). Cần phun vào buổi sáng để cho khô và tối có thể vào nhà ngủ được, hoặc sau khi phun 2 giờ, đem giường chiếu cọ rửa sạch rồi phơi nắng thật khô.

Có thể diệt rệp theo kinh nghiệm dân gian: dùng một phần hoa hồi, hai phần bồ kết đem tán nhỏ, hòa với thuốc lãn nước điều rồi nhỏ vào các khe kẽ giường có rệp; hoặc lấy cây thuốc lãn tươi rải khắp giường rồi trải chiếu lên; có thể dùng lá thuốc lãn khô tán nhỏ, rắc vào khe giường hoặc đốt lửa khói vào khe giường. Các biện pháp trên có tác dụng làm cho rệp chui ra để diệt.