

LES PUNAISES DE LIT - Les signaler pour les éradiquer

COMMENT LES DÉTECTER ?

Les punaises de lit sont difficilement observables car elles fuient les lumières naturelle et artificielle. Vous devez vous interroger lorsque vous constatez :

- Des démangeaisons matinales
- Des piqûres sur la peau disposées en ligne droite
- Des traces de leurs déjections (points noirs de 1 à 3 mm) sur les coutures du matelas et de petites taches de sang sur les draps dues à l'écrasement des punaises lors du sommeil.
- Pour identifier formellement la présence de punaises de lit, faites appel à une entreprise spécialisée de la désinsectisation.

COMMENT S'EN PROTÉGER ?

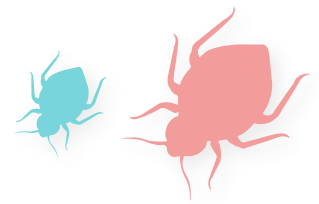
La présence de punaises de lit s'observe dans **tous les milieux socio-culturels** et **ne dépend pas nécessairement de l'hygiène des lieux**. Néanmoins, **quelques gestes simples** permettent de s'en prémunir :

- Surveiller l'apparition de toute piqûre suspecte.
- Éviter de faire entrer chez soi des objets d'occasion (en particulier les vêtements, la literie et les meubles rembourrés) sans les avoir méticuleusement inspectés et nettoyés.
- Maintenir le logement propre sans encombrements d'objets inutiles.
- Passer régulièrement l'aspirateur.
- Soyez vigilant lorsque vous vous déplacez !
- Pour prévenir une infestation à votre domicile au retour d'un séjour à risque, lavez tout le linge à plus de 60° et le sécher si possible au sèche-linge.
- Inspectez méticuleusement vos bagages.

QUE FAIRE EN CAS D'INFESTATION AU DOMICILE ?

Les punaises de lit **se multiplient très rapidement**. La **lutte mécanique (sans insecticides) est indispensable** pour diminuer au maximum le nombre d'insectes dans le logement.

- Lavez le linge à **au moins 60°**.
- Congeler les petits objets à **au moins -20° pendant 48h**.
- Mettre à l'abri, dans des **sacs hermétiquement fermés**, les objets et vêtements lavés et désinfestés.
- Passer l'**aspirateur** et **jeter immédiatement le sac aux ordures dans un sac poubelle**.
- Passer à la vapeur à **120° les recoins et tissus d'ameublement** avec une machine professionnelle (ou sèche-cheveux)
- En cas d'**hospitalisation**, **prévenir le service dès votre arrivée** afin que les mesures appropriées puissent être mises en place.



QUI SONT-ELLES ?

Les punaises de lits sont inoffensives pour la santé.

Ce sont des insectes plats, de couleur brunâtre, de la taille d'un grain de riz.

Elles sont actives la nuit et se nourrissent de sang humain.

Dépourvues d'ailes, les punaises de lit se déplacent en marchant.

Elles peuvent vivre de 6 à 12 mois.

Une femelle pond de 200 à 500 oeufs dans sa vie. Elles aiment les endroits sombres.

COMMENT SE PROPAGENT-ELLES ?

Lorsque les punaises de lit sont à la recherche d'un repas sanguin ou lorsque leur communauté devient trop importante, elles peuvent se déplacer jusqu'à quelques dizaines de mètres et infester d'autres pièces ou appartements.

Elles sont également souvent transportées d'un lieu à un autre lorsque l'objet dans lequel elles se dissimulent est déplacé : valises, sacs, vêtements, etc.

OÙ TROUVE-T-ON DES PUNAISES DE LIT ?

Contrairement aux poux ou à d'autres parasites, les punaises de lit ne vivent pas sur les humains.

Néanmoins, on peut les retrouver sur des vêtements. Les punaises de lit privilégient les endroits où elles peuvent se dissimuler facilement à l'abri de la lumière.

Elles se nichent notamment dans les rideaux, les prises de courant, les couvre-matelas, le long des coutures de matelas, sous le papier-peint, derrière les cadres ou les plinthes, dans les interstices de meubles.

QUELLES SONT LES NUISANCES ?

Les punaises de lit ne transmettent pas de maladie à l'homme. Leurs piqûres ressemblent à celles des moustiques et se présentent souvent en ligne de quatre à cinq.

Les démangeaisons sont variables selon les individus.

Si elles sont inoffensives d'un point de vue sanitaire, leur présence dans un logement peut néanmoins devenir une source de stress et d'anxiété.

