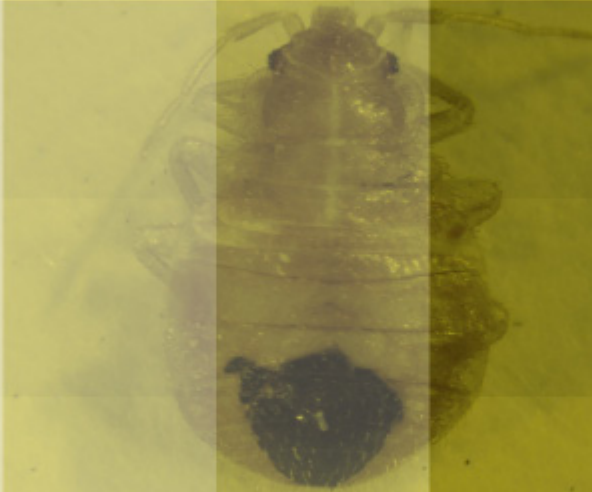


# LES PUNAISES DE LITS



Punaise jeune (nymph)

## COMMENT LUTTER CONTRE LES INFESTATIONS PAR DES PUNAISES DE LITS ?

### Connaître les punaises de lits

Les punaises adultes ont une taille comprise entre 4 et 7 mm. Elles sont de couleur brune à beige, très plates, sans ailes et proches de l'aspect d'un confetti. Elles peuvent vivre de 6 à 24 mois et une femelle pond 200 à 500 œufs dans sa vie. Elles s'alimentent de sang humain tous les 3 à 7 jours, mais à défaut peuvent rester un an en état de dormance.

Punaise adulte

Œuf et déjections de punaise

6 mm

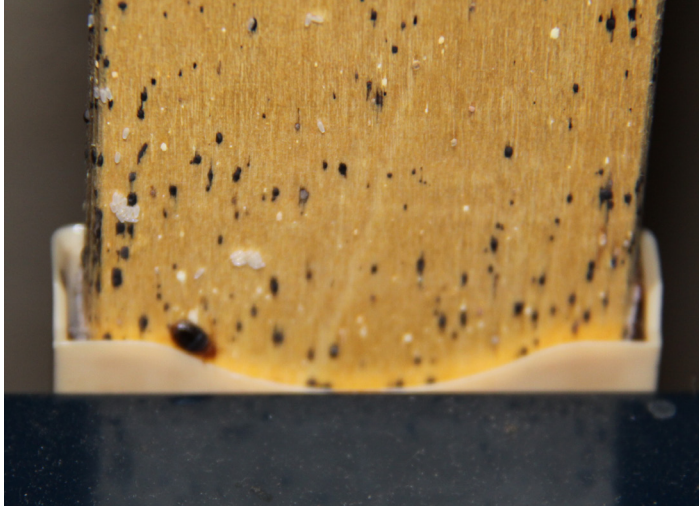
1 mm

Il est difficile de les apercevoir, ces insectes fuyant toute lumière naturelle ou artificielle. On peut rechercher la trace de leurs déjections : noires, de 1 à 3 mm, imprégnant les tissus, ou des traces de sang sur les draps, dues à l'écrasement des punaises lors du sommeil.

La contamination des logements se fait par « **transport passif** » de l'insecte, de façon fortuite, lors d'un voyage par exemple ou de l'achat de meubles ou de vêtements d'occasion.

Hôtels, auberges de jeunesse, trains de nuit, maisons de retraite, foyers d'hébergements... sont des lieux à forts risques de contamination par les punaises de lits.

La punaise a également un « **déplacement actif** » à la recherche d'un repas sanguin, de son lieu de vie, vers son lieu de repas : elle peut franchir quelques mètres ou quelques dizaines de mètres, cette distance étant proportionnelle au nombre d'individus. Pour de fortes infestations, les gaines électriques, par exemple, peuvent donc être envahies.



## LES PROBLÈMES DE SANTÉ LIÉS AUX PUNAISES DE LITS

Les piqûres sont le premier indice de présence des punaises. Situées généralement sur les parties découvertes du corps (main, bras, visage, jambes...), elles ressemblent aux piqûres de moustique, se présentant parfois en ligne de 4 à 5 piqûres assez caractéristiques. Les démangeaisons causées par ces piqûres peuvent être importantes.

Les punaises de lits ne transmettent pas de maladie à l'homme. Mais elles peuvent occasionner des troubles du sommeil, de l'anxiété, un isolement social...

## méthodes de LUTTE

La lutte contre les punaises est complexe et doit être menée conjointement sur 4 axes :

1. Recherche active de l'insecte
2. Lutte mécanique
3. Lutte chimique
4. Prévention

## 1 / RECHERCHE ACTIVE de l'insecte



Punaise adulte

L'emplacement des piqûres sur le corps peut permettre de différencier les lieux contaminés des autres, ou de cibler les pièces infestées : chambre seule, pièce de vie...Exemple : pour les faibles contaminations, si seul le bras gauche est piqué, chercher de préférence sur le côté du lit correspondant.

Vous devez identifier formellement l'insecte : vous pouvez pour cela vous faire aider par un professionnel de la désinsectisation, connaissant la biologie des punaises.

Il faut ensuite rechercher minutieusement tous les sites de repos, en vous équipant d'une lampe de poche et d'une loupe, en ciblant en priorité les chambres à coucher et les salons avec canapé.

Il faut rechercher prioritairement dans les recoins suivants :

- Matelas : cordon, étiquette de la marque, orifice d'aération...
- Structure du lit : lattes, vis, montants...
- Galandage ou lambris en contact avec le lit
- Tringle à rideau, ourlet et accroches
- Objets proches du lit : tableaux, tables de chevet, livres...

## 2 / LUTTE MÉCANIQUE

La lutte mécanique (donc sans insecticide) est **indispensable** pour diminuer au maximum le nombre d'insectes dans le logement. Les méthodes suivantes peuvent être utilisées conjointement :

• **La chaleur** : il faut atteindre au moins 55°C

- **Lavage en machine** à plus de 55°C, permettant d'éliminer les adultes et les oeufs. Les vêtements ainsi lavés doivent être conservés dans des sacs plastiques scellés jusqu'à la fin de l'infestation.

- **Séchage** au sèche linge (mode chaud au moins 30 mn).

- **Nettoyage vapeur** à 120°C, détruisant toutes les punaises dans les recoins ou les tissus d'ameublement

- **Chauffage du mobilier** : Il concerne les meubles ou objets pouvant supporter une température supérieure à 60°C à cœur. Cette température permet de tuer toute punaise présente. Certaines entreprises disposent d'étuves permettant d'atteindre ces températures, de taille suffisante pour recevoir du mobilier.

• **La congélation** du linge ou de petits objets à -20°C, 72 h minimum.

- **Aspiration** (avec l'embout fin de l'aspirateur) des œufs, jeunes et adultes mis en évidence. Attention, l'aspirateur ne tue pas l'insecte, qui pourrait ressortir plus tard du sac. Il faut ensuite fermer le sac, l'emballer dans un sachet plastique et le jeter dans une poubelle extérieure. Ne pas oublier de nettoyer le conduit de l'aspirateur à l'eau savonneuse ou avec un produit de nettoyage domestique.

- **Nettoyage à la brosse** : brosser à sec ou avec un nettoyant de surface certains recoins ou tissus est un geste complémentaire pour supprimer les œufs ou les jeunes insectes difficiles à mettre en évidence. Attention, le brossage ne les tue pas, il faut donc y associer l'aspirateur ou un grand nettoyage du sol.

- **Nettoyage haute pression** : dans les situations d'invasion extrême, les conduits d'aération ou de vide ordure peuvent être ainsi nettoyés, avant la désinsectisation chimique.

- **Restauration des locaux** : si nécessaire, décollement des papiers peints, des peintures, du plâtre, des plinthes, de la moquette... qui sont des sites de repos et de reproduction de ces insectes.

- **Suppression de l'ameublement** : elle n'est pas obligatoire mais doit être réfléchi et organisé pour ne pas contaminer d'autres sites. Les matelas ou meubles contaminés ne doivent bien sûr pas être vendus, ni déposés dans la rue : il faut s'assurer qu'ils aillent directement en décharge et qu'ils ne soient pas récupérables (les rendre inutilisables).

## 3 / LUTTE CHIMIQUE

La lutte chimique nécessite l'intervention d'un **professionnel agréé** dans le domaine de la désinsectisation. Il devra intervenir au minimum 2 fois, à 2 semaines environ d'intervalle afin d'éliminer les insectes ayant éclos entre temps ou les quelques adultes non éliminés lors du premier passage. Le professionnel utilisera un « insecticide choc » sur les points fortement infestés et obligatoirement un « insecticide rémanent » sur tous les recoins décrits précédemment.

**Attention ! Suivez attentivement toutes les consignes d'hygiène et de sécurité que vous donnera ce professionnel. Si possible, ne pas laver les produits appliqués par le professionnel durant au moins 2 semaines.**

A noter :

Le décret n°87-713 du 26 août 1987 fixant la liste des charges récupérables précise que :

- les produits de désinsectisation sont à la charge du locataire du logement
- les frais de main d'œuvre de l'entreprise chargée de l'application restent à la charge du propriétaire



## 4 / Prévention

Lors d'un **séjour à l'hôtel ou en gîte**, ne pas hésiter en cas de piqûres à examiner son lit et surtout son matelas. Au retour du séjour, si vous craigniez avoir été victime de punaises, mettez vos valises dans la salle de bain. Le lavage de tout le linge (si possible >55°C), la désinsectisation de la valise (insecticide anti-cafard sur les coutures et fermetures, si vous ne pouvez pas les passer à l'eau et à la brosse) et une douche permettent de prévenir une infestation du domicile.

**Il faut éviter de se procurer des matelas ou des meubles rembourrés d'occasion, car il est difficile d'y détecter la présence de punaises.**

Les autres meubles d'occasion doivent être inspectés et nettoyés méticuleusement avant d'être placés dans la maison : les frotter à l'eau savonneuse ou avec un produit de nettoyage domestique.

Les vêtements d'occasion doivent être lavés à plus de 55°C ou placés au sèche-linge au cycle le plus chaud durant au moins 30 mn, afin de tuer les punaises ou les œufs qui s'y trouveraient. Une autre possibilité est la congélation à -20°C pendant 72 h.

### Pour plus d'informations :

La liste des applicateurs de produits antiparasitaires agréés est disponible, par commune ou par département, sur le site du Ministère de l'Agriculture et de la Pêche :

**<http://e-agre.agriculture.gouv.fr/>**