



## Punaises de lit

Cet insecte nuisible méconnu s'installe dans les chambres et les salons. Le Service Intercommunal d'Hygiène et de Santé de la CAVEM vous informe sur les précautions à prendre et les moyens pour l'éradiquer de votre foyer.



La punaise de lit est un petit insecte, gros comme un pépin de pomme qui se nourrit la nuit, principalement de sang humain. Elle n'est pas vecteur de maladies mais peut causer de forts désagréments comme des problèmes dermatologiques, des allergies et des troubles du sommeil.

### Comment la repérer ?

La punaise de lit cherche l'obscurité, c'est pourquoi il est difficile de l'observer. Les principaux signes de sa présence sont :

- > des traces de déjections : petits points noirs sur les draps, le matelas ou le sommier ;
- > des traces de sang laissées sur les draps ;
- > des piqûres sur le corps occasionnant des démangeaisons.

**Vous constatez la présence de punaises de lit chez vous. Que faire ?**

Il faut agir rapidement pour les éliminer et éviter que l'infestation devienne plus importante.

Afin d'éviter de les disperser, ne jetez pas les meubles qui vous semblent infestés et ne déplacez rien au risque d'aggraver la situation ou de contaminer vos voisins.

- > **Passez l'aspirateur** puis nettoyez son conduit. Jetez ensuite le sac dans une poubelle à l'extérieur.
- > **Lavez en machine à plus de 55°C** tous vos vêtements, oreillers et linge de maison si vous suspectez qu'ils sont contaminés. Pour les recoins et tissus d'ameublement, un nettoyage à la vapeur à 120°C détruira tous les stades de l'insecte.
- > **Obturez les fissures et les fentes** se trouvant entre les plinthes, sur les cadres de lit en bois et sur les murs en les calfeutrant. Enlevez le papier qui se décolle. Resserrez les plaques d'interrupteur.

Les produits insecticides sont à utiliser avec parcimonie. Leur usage répété ne garantit pas une quelconque efficacité. Les bombes à dégoupiller ne sont pas conseillées car le nuage insecticide n'atteint pas la totalité des recoins.

Seule l'intervention d'un spécialiste peut garantir une éradication totale.

## Malgré ces dispositions vous constatez toujours un grand nombre de punaises de lit

Contactez un spécialiste de la désinsectisation. Il mettra en oeuvre avec vous une lutte dite directe avec démontage et nettoyage du mobilier, du linge et de la literie.

Cette démarche sera couplée à une lutte indirecte visant le contact avec l'insecte lors de ses sorties nocturnes avec l'application d'un insecticide ciblant les insectes rampants en des points stratégiques : pieds du lit, plinthes, niches et fissures du mur, pourtour des fenêtres, seuils des portes, matelas.


## Pas de punaise de lit chez vous : mieux vaut prévenir que guérir

Pour éviter d'en accueillir chez vous, des précautions sont de rigueur.

- > Si vous faites l'acquisition d'objets d'occasion à risque : matelas, meubles, vêtements, livres :
  - Prenez soin de bien les nettoyer et les traiter avant de les installer chez vous.
- > Dans les lieux à risque : hôtels, auberges de jeunesse, trains de nuit, foyers d'hébergement :
  - Ne déposez jamais vos bagages sur le lit. Préférez les surfaces glissantes.

## ALLER PLUS LOIN

- > Pour plus d'informations, contactez le SIHS au 04 94 19 89 59.

Les préconisations présentes dans cet article sont extraites du site du Ministère des Solidarités et de la Santé : [solidarites-sante.gouv.fr](https://solidarites-sante.gouv.fr) 

Communauté d'Agglomération Var-Estérel-Méditerranée

624, chemin Aurélien  
(rond-point A.Karr)  
CS 50133  
83707 SAINT-RAPHAËL CEDEX

Du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

Tél. : 04 94 19 31 00

Fax : 04 94 19 31 10

<http://www.cavem.fr/hygiene-de-l-habitat/punaises-de-lit-1073.html>