

Punaises de lit

C'est quoi ?

La punaise de lit est un petit insecte de la taille d'un pépin de pomme, qui a un corps de forme ovale. Brun et sans aile, un adulte à jeun mesure environ 5 à 7 mm de long. **Après s'être nourri, il grossit légèrement et prend une teinte rouge sang foncé.**



La punaise de lits se nourrit la nuit, **principalement de sang humain**. Elle ne peut pas grimper facilement sur le métal ou les surfaces polies, encore moins voler ou sauter.

Comment reconnaître une piqûre de punaise de lit ?



La piqûre de punaise de lits est souvent **indolore** au moment même de la piqûre. Mais 1 à 2 heures plus tard **apparaissent des démangeaisons et des traces rouges sur la peau comme une grosse piqûre de moustique.**

Les piqûres se localisent généralement sur les parties non couvertes des bras, des jambes et du dos, **elles sont généralement multiples.**



Ces lésions disparaissent spontanément en quelques jours, et ne nécessitent habituellement, pas de traitement particulier. **Il faut éviter de se gratter pour ne pas surinfecter les lésions.** Dans de rares cas, elles peuvent entraîner une réaction allergique localisée. **Si vous souffrez de démangeaisons persistantes, consulter votre médecin.**

Les punaises de lit ne sont pas vecteur de maladies connues.

Quels signes doivent faire suspecter la présence de punaises de lit ?

Les punaises de lit aiment les espaces sombres et les endroits calmes. Les chambres à coucher et salon avec canapé sont les pièces principalement ciblées. Ces insectes sont petits et surtout leurs larves (1 à 2 mm). Il est difficile de les repérer, car ils peuvent s'insinuer dans les moindres espaces.

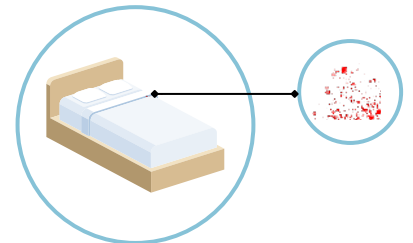
Une infestation de punaises de lits se constate cependant par :



La présence de piqûres visibles sur la peau, souvent groupées.



La présence de punaises et de leurs déjections : petites taches noires sur le matelas, les draps ou les murs ;



La présence de grandes et longues traces de sang sur les draps. Elles sont dues à l'écrasement des punaises lors du sommeil de la personne.

Les punaises de lit ne sont pas limitées à un type d'habitation. d'immeubles d'habitation, d'hôtels, d'avions et d'hôpitaux. La propreté d'une habitation n'est pas un facteur évitant une infestation.

Comment prévenir les infestations ?



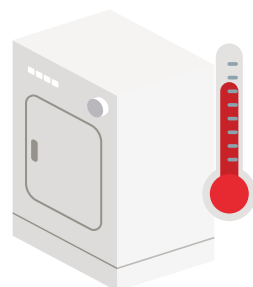
Durant un voyage : Dans votre chambre d'hôtel, ne posez pas votre valise ni vos vêtements sur le lit. Préférer un plan dur, comme une table. Inspecter éventuellement la chambre pour détecter la présence de punaises.

Au retour de voyage, déposez vos bagages sur une surface dure loin des endroits où les punaises pourraient nicher



Lavez, à au moins 60 °C, vos vêtements immédiatement après les avoir sortis de la valise. Lavez également cette dernière à l'eau, à la même température

Mettez les objets non lavables dans le sèche-linge et faites un cycle d'au moins 30 minutes à la plus forte température possible



Pour les objets qui ne sont pas lavables en machine, mettez les au congélateur à - 20°C au minimum pendant 48 heures