



Les punaises de lit Bed Bugs

Qu'est-ce qu'une punaise de lit?

La punaise de lit commune est un petit insecte de couleur brun rouge. Les punaises de lit sont de forme ovale avec un corps aplati. Leur taille est de 5 à 7 mm de longueur ou 3/8 de pouce, habituellement pas plus grosse qu'une coccinelle.

Pour survivre, les punaises de lit se nourrissent du sang des êtres humains et des animaux. Contrairement à d'autres parasites comme les puces ou les poux, les punaises de lit ne vivent pas sur leurs hôtes et ne les visitent que pour se nourrir. Elles sont actives surtout la nuit. Leur morsure ressemble à celle du moustique. Elle est sans douleur et peut provoquer une petite boursoufflure rouge qui démange. Toutefois, de nombreuses personnes n'ont absolument aucune réaction.

Les punaises de lit ne peuvent pas voler et préfèrent se cacher près de leurs hôtes lorsqu'elles ne se nourrissent pas. Elles peuvent vivre jusqu'à un an sans se nourrir. On les trouve dans les maisons, les appartements, les hôtels, les refuges et les dortoirs d'étudiants. Elles peuvent aussi se cacher dans les vêtements ou dans les bagages lorsque vous voyagez. Elles peuvent alors être ramenées dans des endroits comme votre maison ou l'hôtel.

Les punaises de lit constituent-elles un danger pour la santé?

Il n'a pas été prouvé que les punaises de lit propagent des maladies parmi les humains. Elles sont considérées plus comme un fléau qu'un danger pour la santé. Toutefois, les responsables de la santé publique maintiennent un niveau de préoccupation en raison de la possibilité d'infections secondaires. L'inquiétude principale est le risque d'infection lorsqu'on gratte la zone de la morsure. La réaction provoquée par la morsure disparaît généralement après quelques heures ou quelques jours sans traitement. L'application d'une lotion antiseptique ou d'une crème antibiotique sur la zone atteinte peut aider à soulager les symptômes et prévenir l'infection.

Symptômes d'une infection de la peau

Les symptômes d'une infection peuvent comprendre :

- de la douleur, de l'enflure, de la rougeur ou une sensation de chaleur autour de la zone atteinte;
- des lignes rouges s'étendant à partir de la zone atteinte;
- l'écoulement de pus de la zone atteinte;

- de l'enflure aux ganglions du cou, des aisselles et des aines;
- de la fièvre ou des frissons sans autre cause connue.

Symptômes d'une réaction allergique

Les symptômes d'une réaction allergique peuvent varier, allant de bénins et agaçants à graves et fatals.

- Les allergènes peuvent atteindre différents tissus de l'organisme, comme les yeux, le nez, la peau, les poumons et le tractus gastro-intestinal (tube digestif).
- Certaines réactions allergiques, comme l'urticaire ou les démangeaisons autour d'une morsure, ne touchent qu'une seule partie du corps.
- D'autres réactions allergiques peuvent toucher l'organisme tout entier, en provoquant des démangeaisons, de l'enflure ou des difficultés respiratoires.
- Une réaction allergique grave (appelée anaphylaxie) peut entraîner un choc et même la mort.

Les réactions allergiques ne se produisent pas lors de la première exposition à un allergène. Une personne peut devenir plus sensible à l'allergène lors de chaque exposition.

Si vos symptômes vous inquiètent ou s'aggravent, vous devriez consulter votre médecin ou professionnel de la santé.

Comment savoir si j'ai des punaises de lit?

Même si les punaises de lit se déplacent rapidement, vous pouvez en trouver une et l'attraper pour la faire identifier.

Durant le jour, les punaises de lit ont tendance à se cacher près de l'endroit où elles se nourrissent, par exemple aux endroits où les gens dorment. Elles n'ont pas de nids mais ont tendance à se rassembler et à se cacher à certains endroits.

Si des punaises de lit sont présentes, vous trouverez des points et des taches sombres sur vos draps, votre matelas, votre oreiller, votre tapis et vos vêtements. Les taches proviennent de leurs excréments et du sang des insectes écrasés lorsqu'ils se nourrissent.

Vous pourriez aussi remarquer des peaux de mue, des excréments et des coquilles d'œufs aux endroits où les punaises de lit se cachent. Dans les cas graves, vous pourriez remarquer une odeur de moisi sucrée et désagréable produite par leurs glandes olfactives.

Trouver les endroits où les punaises de lit se cachent aide aussi à confirmer les emplacements de votre maison où il faut traiter. Vous devriez vérifier ou inspecter les endroits suivants :

- Vérifiez ou inspectez tous les meubles, particulièrement ceux des chambres, y compris les matelas et les sommiers à ressorts. Démontez les meubles pour les inspecter de plus près et possiblement les traiter, au besoin.
- Vérifiez sous et derrière les meubles comme les chaises, les divans et les commodes. Il peut être nécessaire d'enlever les housses des chaises et des divans. Enlevez les tiroirs des commodes et vérifiez à l'intérieur. Vérifiez sous les lampes des tables de nuit.
- Vérifiez les fissures et les fentes le long des plinthes et des murs.
- Vérifiez le papier peint déchiré ou qui se décolle, les bordures décoratives et derrière les tableaux et les photos.

Si vous pensez avoir des punaises de lit dans la maison, vous pourriez vouloir contacter un professionnel de la lutte antiparasitaire ou votre régie de la santé locale.

Comment peut-on prévenir les punaises de lit?

La meilleure façon de prévenir les punaises de lit est de ne pas les laisser entrer dans votre maison en tout premier lieu. Les moyens d'empêcher les punaises de lit d'entrer dans votre maison sont les suivants :

- N'apportez pas d'articles infestés dans votre maison. Vérifiez ou inspectez de très près vos bagages et vos vêtements ainsi que ceux de vos invités, en particulier après un voyage à l'étranger. Les infestations peuvent souvent être associées à des voyages internationaux en Asie, en Amérique centrale et latine, en Afrique et en Europe.
- Même les maisons et les hôtels les plus propres peuvent avoir des punaises de lit. Cependant, un ménage régulier, y compris passer l'aspirateur sur votre matelas, peut aider à prévenir les punaises de lit. Rangez les affaires qui traînent pour aider à réduire le nombre d'endroits où les punaises de lit peuvent se cacher.
- Vérifiez les meubles et les lits de seconde main avant de les apporter à la maison.
- Assurez-vous de faire réparer les fentes et les fissures à l'extérieur de la maison.
- Installez des moustiquaires ou réparez ceux qui sont en place pour prévenir les oiseaux, les chauves-souris ou les rongeurs d'entrer dans votre maison et de servir d'hôtes aux punaises de lit.

Comment puis-je me débarrasser des punaises de lit?

Pour traiter les infestations de punaises de lit, il y a des solutions non chimiques et chimiques.

Voici les méthodes de traitement des punaises de lit non chimiques :

- Lavez la literie et les vêtements à l'eau chaude et au détergent à lessive. Les vêtements délicats peuvent être mis dans un sac et placés au congélateur pendant plusieurs jours.
- Passez l'aspirateur souvent en le réglant à forte succion dans tous les endroits où les punaises de lit pourraient être, dont le matelas, le sommier à ressorts et le lit.
- Pour enlever les punaises de lit et les œufs des coutures de matelas, servez-vous d'une brosse à recurer.

Les jouets en peluche peuvent être séchés à la machine de 30 à 45 minutes.

Mettez les petits objets comme les boîtes à bijoux, les oreillers et les animaux en peluche dans un sac de plastique de couleur foncée et laissez-les au soleil pendant 2 ou 3 jours.

Voici les méthodes de traitement des punaises de lit chimiques :

- On peut se procurer des produits aérosols, liquides et à poussière dans les magasins de détail. Il est très important de vous assurer que les produits sont expressément enregistrés pour traiter les punaises de lit. Le mode d'emploi des produits chimiques devrait être suivi avec précaution.

Professionnels de la lutte antiparasitaire :

- Pour les infestations plus importantes et celles de bâtiments à plusieurs unités, il faudrait faire appel à des professionnels de la lutte antiparasitaire. Avant d'essayer de traiter l'infestation eux-mêmes, les propriétaires d'immeuble devraient vérifier les règlements municipaux.
- Les entreprises de lutte antiparasitaire utilisent souvent des insecticides chimiques. Il est probable que plus d'une application sera nécessaire.
- Veuillez consulter ou contacter une entreprise de lutte antiparasitaire accréditée près de chez vous.

Pour les autres sujets traités dans les fiches HealthLink BC File, visitez www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm ou votre unité de santé publique locale.

Pour obtenir des renseignements sur la santé et des services de santé non urgents, cliquez sur www.HealthLinkBC.ca ou composez le 8-1-1 en C.-B.

Les personnes sourdes ou malentendantes peuvent obtenir de l'aide en composant le 7-1-1 en C.-B.

Des services de traduction dans plus de 130 langues sont disponibles sur demande.