

## COMMENT PRÉVENIR UNE INFESTATION DE PUNAISES DE LIT

**Baie-Comeau, le 25 juin 2019** – Bien que les infestations des punaises de lit soient très rares dans notre région, la Direction de santé publique de la Côte-Nord désire informer la population sur ce qu'elle doit savoir sur ces insectes et ce qu'il faut faire en cas de présence de punaises de lit.

La période de déménagement qui battra son plein au cours des prochaines semaines est un moment propice au transport des punaises de lit. Une infestation ne résulte pas nécessairement d'une situation d'insalubrité ou d'un entretien négligeant du logement. Tant les locataires que les propriétaires peuvent être confrontés à cette problématique au cours de leur vie. Les locataires sont rarement responsables de l'invasion d'un lieu par des punaises, mais les piqûres de celles-ci peuvent grandement nuire à leur qualité de vie.

### Détecter les punaises de lit

Les punaises de lit sont de petits insectes bruns, ovales, sans ailes ressemblant à des pépins de pommes aplatis. Au début d'une infestation, elles sont difficiles à trouver parce qu'elles se cachent et fuient la lumière. On les retrouve souvent dans les coutures des matelas, les sommiers et le mobilier de la chambre, mais elles peuvent aussi se dissimuler dans des vêtements, rideaux, sofas ou meubles usagés, derrière les murs, la tapisserie décollée ou les cadres, dans les fissures des murs et du plancher. On peut aussi en trouver derrière les plinthes, dans les boîtes, les livres et les appareils électriques.

Lorsque la présence de punaises est confirmée dans un lieu, une inspection minutieuse de tout le bâtiment, du sous-sol au grenier, s'impose.

### Indices de leur présence :

- Apparition de piqûres (semblables à celles des moustiques) et de démangeaisons;
- Plus d'une piqûre alignée ou groupée au même endroit sur les parties du corps exposées;
- Petites taches de sang sur les draps ou des taches noires sur les coutures du matelas;
- Peaux de mue, excréments ou coquilles d'œufs dans les endroits où les punaises se cachent.

Les punaises de lit se déplacent en marchant, mais sont souvent transportées d'un lieu à un autre lorsque l'objet dans lequel elles se dissimulent est déplacé. De plus, les punaises peuvent voyager (ex. : par les conduites d'air ou les prises de courant) d'une pièce à l'autre, voire d'un logement à l'autre.

### Que faire en présence de punaises de lit?

- Éviter de régler le problème soi-même. Les insecticides vendus dans les commerces ne sont pas toujours opportuns, peuvent être dangereux pour la santé, et risquent d'entraîner de la résistance au traitement reconnu efficace.
- Toute personne qui remarque la présence de punaises devrait en parler le plus rapidement possible. Les locataires doivent aviser le plus vite possible leur propriétaire.
- Dès qu'il est informé de leur présence, le propriétaire doit contacter un exterminateur certifié (qui détient une formation et un permis prodigués par le ministère de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques). Si le propriétaire refuse d'agir, le locataire peut contacter sa municipalité (en évoquant le règlement sur les nuisances) ou la Régie du logement.

### **Prévenir l'apparition de punaises de lit**

Il est possible de prévenir une infestation par les moyens suivants :

- Surveiller la présence d'indices de leur présence (piqûres sur la peau, taches noires);
- Être vigilant lorsqu'on se procure des vêtements, des matelas ou des meubles rembourrés de seconde main;
- Inspecter les meubles d'occasion et les nettoyer méticuleusement (eau savonneuse très chaude ou produit nettoyant domestique) avant de les introduire dans la maison;
- Placer les vêtements d'occasion dans un sac de plastique scellé et les mettre directement dans la machine à laver pour les laver à l'eau très chaude, puis dans la sècheuse à haute température pour au moins 20 minutes;
- Éviter de ramasser des objets trouvés à l'extérieur ou dans les ordures;
- Passer régulièrement l'aspirateur dans la maison.

Pour plus d'informations, visitez le site Québec.ca à l'adresse suivante :

<https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/piques-de-punaises-de-lit>

Source : Pascal Paradis  
Conseiller en communication  
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord  
418 589-9845, poste 252268