



Les punaises de lit sont de retour !

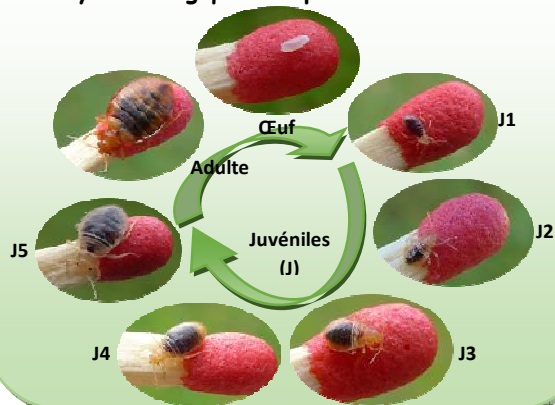
Quasiment disparues des foyers européens au milieu du XXe siècle, les punaises de lit prolifèrent de nouveau. L'ouverture des frontières, favorisant les déplacements de voyageurs internationaux avec leurs bagages, a permis à ces clandestins de reconquérir les sols européens et américains.



Qui sont-elles ?

Ces insectes sans aile, d'apparence plate et ovale, sont nocturnes et exclusivement hématophages (ils ne se nourrissent que de sang). Ils mesurent entre 4 et 7 mm et peuvent vivre jusqu'à 2 ans. Une femelle pond entre 200 et 500 œufs au cours de sa vie. Un adulte se nourrit tous les 3 à 4 jours environ, quand une source de nourriture est présente à proximité de la colonie. Il peut survivre au moins 12 mois sans ingérer le moindre repas.

Cycle biologique des punaises de lit



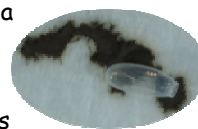
Où vivent-elles ?

Elles vivent majoritairement dans les chambres et les salons où se trouvent des matelas, des coussins, du textile, des fissures, des anfractuosités...



Comment détecter la présence de punaises de lit ?

Difficilement visibles car elles fuient la lumière, on peut détecter la présence de déjections (petites taches noires sur les draps, le matelas, le sommier ou le canapé), d'œufs (blancs, d'environ 1 mm), de mues et de traces de sang dues à l'écrasement des punaises pendant le sommeil.



Cependant les premiers indices de présence sont souvent les piqûres, qui ressemblent à celles des moustiques et provoquent des démangeaisons. On les trouve le plus souvent sur les parties découvertes du corps.



Les insecticides seuls ne sont pas la solution ! Ces produits peuvent avoir des effets sur l'environnement, la santé et ne règlent pas l'infestation par les punaises si l'environnement n'a pas été correctement nettoyé avant !



Comment éviter de ramener des punaises de lit avec vous ?

- A l'hôtel, en refuge ou en gîte, placez vos bagages dans la salle de bain, (dans la baignoire ou la douche), et maintenez-les fermés et étanches, n'éparpillez pas vos vêtements.



- Placez toutes vos affaires

dans des sacs plastiques et fermez-les hermétiquement. Dans vos bagages, compartimentez vos affaires dans des sacs poubelle biodégradables (« zone sale » / « zone propre »).



- La nuit, utilisez des répulsifs corporels de type anti-moustiques pour prévenir toute piqûre.

Pour un voyageur à son retour :

- Déposez les bagages dans la salle de bain.
- Lavez immédiatement tous vos vêtements à 60°C ou au « pressing » et lavez votre valise dans la salle de bain en brossant la fermeture éclair. Pour les affaires ne supportant pas les hautes températures, placez-les au congélateur à -20°C pendant au-moins 3 jours.

Sur des sites infestés par des punaises de lit : (travailleurs sociaux, infirmiers, désinsectiseurs...). Rester en mouvement diminue le risque d'infestation (les punaises s'activent quand la « cible » est au repos). Ne déposez rien sur un ameublement en tissu. Posez vos affaires sur une surface lisse comme le carrelage. Pour écrire, installez-vous de préférence dans la cuisine.



Randonneurs, soyez vigilants !

Vous devez aussi être acteurs pour la maîtrise de la prolifération des punaises :

- Signalez vos piqûres et l'infestation de vos affaires aux gestionnaires d'hébergement, une action adaptée pourra vous être proposée ;
- Soyez aussi vigilants lors de vos trajets (trains, bateaux notamment).

Échangez avec les autres randonneurs et les hébergeurs sur cette problématique.



Œuf et déjections



Juvenile



Adulte

Les punaises de lit ne sont pas vectrices de maladies pour l'Homme mais sont source de nuisances pouvant conduire à des troubles du sommeil, de l'anxiété, une paranoïa... Elles peuvent aussi provoquer des atteintes dermatologiques et allergiques importantes.

Ne pas jeter sur la voie publique

Pour en savoir plus :

<https://www.ars.corse.sante.fr/punaises-de-lits>



<https://www.facebook.com/Moustiques-tiques-et-autres-bioagresseurs-1861370600847032/>



Le saviez-vous ?

La punaise de lit est un très vieux compagnon de l'Homme. A l'origine probablement parasite des chauves-souris, cet insecte a fait notre connaissance à l'époque où nous avons commencé à vivre dans des cavernes et donc à partager notre habitat avec ces animaux parasités !

Crédits photos : première page + tous stades de punaises sur tête d'allumette + Comment détecter la présence de punaises de lit, stades juvéniles : © André LEQUET ; Comment détecter la présence de punaises de lit, traces de sang sur matelas : Yvan LE GUYADER ; douche : Valentin LECOINTE ; sac de randonnée : Hélène BARRÉ-CARDI ; autres photos : © Pascal DELAUNAY et © Jean-Michel BERENGER.

Conception : Valentin LECOINTE, Hélène BARRÉ-CARDI, Marie-Cécile ANDREI-RUIZ, Office de l'Environnement de la Corse et Yvan LE GUYADER, Agence Régionale de Santé de Corse



Lutte contre la prolifération des punaises de lit en Corse

