



Les punaises de lit : mieux les connaître pour mieux les combattre

Ce que vous devez savoir sur les punaises de lit

Les punaises de lit sont réapparues récemment à Montréal comme dans la plupart des grandes villes de la planète.

Où les trouve-t-on?

Les punaises de lit vivent **surtout dans les chambres à coucher** où elles piquent les dormeurs durant la nuit pour se nourrir de leur sang. Les punaises de lit fuient la lumière et se cachent :

- Au pourtour des matelas et des sommiers;
- Dans les cadres du lit;
- Dans le mobilier;
- Dans les fissures des murs et du plancher;
- Derrière les tableaux;
- Sous les moulures;
- Dans les prises électriques;
- Dans tout autre objet offrant un endroit sombre et étroit où elles peuvent se dissimuler.

Une fente de l'épaisseur d'une carte de crédit est suffisante pour constituer un abri.

Les punaises de lit peuvent élire domicile chez les riches comme chez les pauvres, dans les logements propres et malpropres.

Contrairement aux poux ou à d'autres parasites, les punaises de lit ne vivent pas sur les humains. Elles ne sautent pas et ne volent pas.

Comment se propagent-elles?

Les punaises de lit sont transportées d'un lieu à un autre lorsque l'objet dans lequel elles se dissimulent est déplacé. Les sacs, les valises, les vêtements, les matelas, les meubles, la literie ou les ordinateurs portables peuvent servir de moyen de transport aux punaises de lit. Les punaises de lit peuvent aussi se propager d'un logement à un autre.

Quels sont leurs effets sur la santé?

Les punaises de lit ne transmettent pas de maladies aux humains.

Les piqûres sur la peau constituent le premier indice de la présence de punaises de lit dans un logement. Les bras et les jambes sont généralement les membres les plus atteints, mais toutes les parties du corps exposées durant le sommeil peuvent être piquées par les punaises.

Les piqûres ou lésions ressemblent à celles des moustiques. Elles disparaissent en général au bout de quelques heures ou de quelques jours. Les piqûres peuvent causer des démangeaisons importantes. Gratter les lésions peut entraîner des infections de la peau.

Les principaux problèmes de santé causés par les punaises de lit sont :

- Démangeaison de la peau (piqûres)
- Perturbation du sommeil
- Anxiété
- Isolement social.

Ce que vous devez savoir pour éliminer de façon efficace les punaises de lit

Avertir le propriétaire ou le gestionnaire de l'immeuble

L'occupant doit informer le plus rapidement possible son propriétaire ou la personne responsable du contrôle des insectes de la présence de punaises de lit dans son logement.

Agir rapidement

Les propriétaires ou les exploitants d'un immeuble ont la responsabilité de faire appel rapidement à des gestionnaires de parasites qualifiés (exterminateur détenant un permis gouvernemental) pour trouver des solutions au problème.

Utiliser des méthodes de contrôle efficaces et sans danger pour la santé

Pour une extermination efficace, il faut considérer plusieurs méthodes de contrôle et non seulement l'utilisation d'insecticides. Les gestionnaires de parasites qualifiés devraient employer uniquement des insecticides homologués pour les punaises de lit. L'utilisation d'insecticide doit être restreinte au minimum nécessaire afin de limiter leur impact sur la santé des occupants. Les traitements doivent être répétés jusqu'à la disparition complète des punaises de lit.

Collaborer ensemble

Sans la collaboration de tous les acteurs concernés (occupants, propriétaires ou exploitants d'immeubles et gestionnaires de parasites qualifiés) il est difficile d'éliminer efficacement les punaises de lit dans un logement ou un immeuble.