

# COMBATTRE LES PUNAISES DE LIT AU CROM!



## N'importe qui peut les attraper !

Leur présence n'est pas un signe de malpropreté — elles se répandent très facilement ! Aidez à réduire le risque pour les usagers du CROM, qui peuvent déménager souvent ou recevoir des meubles d'occasion.



### Qu'est-ce que des punaises de lit?

Petits insectes au corps ovale et aplati, les punaises de lit sont brunâtres et ressemblent à des pépins de pomme. Les punaises piquent les humains pour se nourrir de leur sang. Leurs piqûres forment des points rouges sur la peau (voir l'image ci-dessus), provoquent des démangeaisons et (plus rarement) entraînent de l'urticaire ou des infections bactériennes. Selon Santé Canada, les punaises ne seraient pas un vecteur connu de maladies transmissibles par le sang.

### Où les trouve-t-on?

Elles se plaisent autant dans un logis miteux que dans un hôtel chic. Comme leur nom l'indique, les punaises infestent habituellement les lits (matelas, sommiers, têtes de lit, literie, etc.), mais on les trouve aussi dans les tables de chevet, les plinthes, les commodes, les prises de courant, les chaises et les sofas rembourrés, sous les tapis, à l'intérieur des réveille-matin, des téléphones, des téléviseurs et des détecteurs de fumée, etc. Leur présence est généralement trahie par des taches de sang sur la literie ou des taches noires sur les coutures de matelas.

### Comment se propagent-elles ?

Les punaises de lit se répandent en fonction des déplacements humains ou de biens matériels. Elles peuvent se trouver dans des effets personnels, par exemple des valises ou des vêtements, ou même sur des personnes, sans que celles-ci ne le sachent. Un simple contact suffit pour qu'elles changent d'hôte. On peut donc les trouver un peu partout : dans les hôtels, les résidences, les salles de cinéma, les aéroports, les terminus ou les gares, les autobus, etc.

Ces petits insectes peuvent aussi profiter d'un déménagement, de l'achat de meubles ou de vêtements usagés ou de la récupération d'un matelas mis à la rue pour changer d'adresse. Par ailleurs, des punaises à la recherche de nourriture peuvent se répandre dans d'autres logements d'un même bâtiment.

### Que faire lorsqu'on trouve des punaises chez soi?

**Agir rapidement.** À Montréal, appelez le 3-1-1 et donnez les renseignements nécessaires.

**Avisez le propriétaire du logis.** Si le propriétaire n'engage pas un spécialiste en gestion parasitaire rapidement, contactez le service d'inspection de votre municipalité. C'est le propriétaire qui devra payer la facture (entre 350\$ et 500\$ pour un cas simple) et s'assurer que le spécialiste visite chacune des pièces de la résidence ou, le cas échéant, chaque logement d'un immeuble qui en compte plusieurs. Une bonne intervention exige normalement au moins deux suivis.

**Ne vous attaquez pas vous-même aux punaises de lit.** Le spécialiste se servira de divers moyens, dont l'aspiration, l'application d'un insecticide de contact, l'emploi de vapeur pour traiter les matelas, la congélation et l'installation de pièges englués dans les structures de bois et les cavités du bâtiment ou du mobilier.

**Consultez un médecin ou une clinique** pour vérifier qu'il n'y ait pas une infection au niveau des morsures.

**Suivant la visite du spécialiste:** Aérez les lieux et attendez six heures avant de les réintégrer. Évitez de marcher pieds nus sur les zones traitées durant 24 à 48 heures. Placez toute la literie et tous les vêtements dans des sacs de plastique scellés pour éviter la dispersion des punaises puis déversez-les directement dans la laveuse pour les laver au cycle le plus chaud. Faites-les ensuite sécher au cycle le plus chaud. Éloignez le lit du mur. Protégez les pattes de lit en les recouvrant de vaseline ou de ruban gommé sur les deux faces ou placez-les dans des contenants à surface lisse ou polie (bocaux de verre, boîtes de conserve en métal, etc.). Passez l'aspirateur régulièrement et débarrassez-vous du sac en prenant soin de le fermer hermétiquement avant de le placer à l'extérieur.



CENTRE  
DE RÉADAPTATION  
DE L'OUEST DE MONTRÉAL  
  
WEST MONTREAL  
READAPTATION  
CENTRE

### Prévenez les infestations de punaises

**Évitez** d'acheter des matelas usagés.

**Inspectez attentivement et nettoyez** les meubles, vêtements et livres d'occasion avant de les introduire dans la maison.

**Ensachez matelas et sommiers** dans une housse dotée d'une fermeture éclair en prenant soin de sceller cette dernière avec du ruban adhésif en toile (duct tape).