

LES BONS GESTES CONTRE LES PUNAISES DE LIT



VOUS AVEZ
DES
QUESTIONS ?

Association CLCV
32, rue Gabriel Péri
63000 Clermont-Ferrand

04.73.36.75.91
puy-de-dome@clcv.org

Qu'est ce qu'une punaise de lit ?

- C'est un insecte plat, de couleur brunâtre, de la taille d'un pépin de pomme.
- La punaise ne saute pas et ne vole pas.
- Active la nuit, elle se nourrit de sang humain, on la trouve donc surtout dans les chambres.

Elle ne transmet pas de maladie et peut être observée dans des lieux propres comme insalubres.

Avec l'augmentation des voyages et des brocantes, nous assistons aujourd'hui à une recrudescence des punaises de lit partout dans le monde,



Des punaises chez moi ?

Quelques indices doivent m'alerter :

- Des piqûres localisées au niveau des jambes, bras, dos, cou. Ces piqûres peuvent démanger.

PAS DE PIQÛRES, PAS D'INFESTATION !

- Des petites tâches rouges sur les draps et/ou de petites tâches noires sur le matelas ou le mobilier.



Que puis-je faire ?

J'agis rapidement !

Une punaise éliminée c'est 300 à 500 punaises évitées !!!

- J'alerte mon propriétaire / bailleur au plus vite.
- Je n'achète pas d'insecticides : ils sont inefficaces sur les punaises et peuvent être dangereux pour la santé.

Pour préparer une intervention de professionnels de la désinsectisation, ma mobilisation est indispensable :

- **Aspirateur / nettoyeur vapeur**

Deux fois par jour, en particulier dans les chambres et les meubles vidés, pour éliminer les punaises et leurs œufs.

- Aspirer puis nettoyer à la vapeur le matelas et le sommier.
- Jeter le sac d'aspirateur dans un sac poubelle à chaque passage, ou nettoyer la cuve pour les aspirateurs sans sac, ainsi que le conduit.



- **Textiles**

- Pour le linge qui peut le supporter, laver à 60°C, ou passer au sèche-linge 1h00 à 60°C.
- Pour le reste du linge, congeler à -20°C pendant 72h minimum.
- Ne pas secouer les tapis/rideaux par les fenêtres.
- Stocker le linge propre dans un sac hermétiquement fermé.



- **Mobilier**

- Coller du scotch double-face sur les pieds du lit et autour du sommier (cela permet de détecter la présence de punaises).
- Déplacer les meubles à 80 cm du mur et ôter les objets accrochés aux murs.
- Éviter de déposer les objets infestés dans les parties communes ou sur la voie publique.
- Vérifier les objets de seconde main récupérés.

