

Vous déménagez? Conseils pour éviter les punaises de lit

Joliette, 1^{er} juillet 2020 – Avec la période des déménagements, la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Lanaudière invite les citoyens à prendre des précautions pour éviter la propagation des punaises de lit.

Bien qu'ils ne transmettent pas de maladies, ces insectes causent des désagréments par leurs piqûres et compromettent la qualité de vie des gens aux prises avec une infestation.

Comment détecter les punaises de lit?

Les punaises de lit sont difficiles à repérer parce qu'elles se fauillent dans des endroits très étroits, comme des fentes pouvant avoir l'épaisseur d'une carte bancaire. Très souvent, les gens constatent leur présence lorsqu'ils se réveillent avec des piqûres qui ressemblent à des piqûres de moustiques et qui causent des démangeaisons. Ces piqûres sont généralement alignées ou regroupées au même endroit sur les parties du corps non couvertes pendant le sommeil.

D'autres indices peuvent révéler leur présence : petites taches noires sur les draps, le matelas ou le sommier; présence de punaises de lit vivantes ou mortes, ou de leurs œufs blanchâtres de la grosseur d'une tête d'épingle dans le lit, derrière la tête de lit, la table de chevet, etc.

Précautions à prendre lors d'un déménagement

- Assurez-vous que vos vêtements, literie et objets soient exempts de punaises et qu'ils soient placés dans des contenants ou sacs étanches avant d'être déplacés vers le nouveau lieu de résidence.
- Gardez vos vêtements, literie et objets dans ces contenants ou sacs étanches jusqu'à ce que vous soyez sûrs que le nouveau logis est exempt de punaises.
- Inspectez soigneusement votre nouveau logis, en portant une attention particulière aux chambres. À l'aide d'une lampe de poche, vérifiez les fissures, les fentes et les moulures.
- Nettoyez à fond les pièces et passez l'aspirateur partout. Ensuite, jetez le sac ou le contenu de l'aspirateur à l'extérieur dans une poubelle fermée. Notez que l'aspirateur peut diminuer le nombre de punaises, mais ne les tue pas.
- Assurez-vous que le camion de déménagement et les couvertures utilisées soient exempts de punaises. Si vous engagez une firme de déménagement, informez-vous des mesures de prévention en place à cet effet (ex. : nettoyage du camion et des couvertures).

Que faire si votre nouveau logement est infesté?

Avisez immédiatement votre propriétaire s'il y a des punaises de lit dans votre logement. Il devra alors faire appel à un exterminateur qualifié. Surtout, n'essayez pas de régler le problème vous-même. Les produits en vente libre nuisent au travail des exterminateurs. De plus, ces produits peuvent être très dangereux pour la santé s'ils ne sont pas utilisés selon les recommandations du fabricant.

Si vous avez déjà installé vos vêtements et la literie dans votre nouvelle demeure, traitez-les à la sècheuse au cycle le plus chaud pendant au moins 30 minutes. Si vous n'avez pas de sècheuse ou si les textiles sont sales et doivent être lavés avant d'être séchés, traitez-les dans la laveuse à l'eau très chaude (60 °C ou 140 °F). Faites un cycle de lavage complet et assurez-vous que l'eau recouvre complètement les articles.

Mettez literie et vêtements traités dans des sacs de plastique jusqu'au moment de vous en servir ou jusqu'à la fin des traitements de l'exterminateur.

Vérifiez l'état des matelas, sommiers et meubles rembourrés. La plupart peuvent être traités s'ils sont infestés, mais intacts. Avant de les jeter, consultez un exterminateur certifié.

Précautions à prendre avec les objets usagés

- Ne ramassez pas de matelas, de meubles ou d'objets trouvés à l'extérieur ou dans les ordures. Ils peuvent être infestés.
- Inspectez et nettoyez méticuleusement les articles d'occasion (ex. : friperies, vente-débarras) avant de les introduire dans la maison.

Documents d'informations :

[Punaise de lit – prévention et intervention](#) / Dépliant du ministère de la Santé et des Services sociaux.

– 30 –

Source : Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière

Renseignements : Pascale Lamy
Adjointe au PDG - relations publiques et chef du service
des communications par intérim
Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière
Téléphone : 450 759-5333, poste 2685
pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca