

Déetecter les punaises de lit et s'en protéger - Fiche conseil

Rechercher des punaises ou leurs traces à l'aide d'une loupe et d'une lampe de poche.

- Il peut s'agir de taches noires sur les draps, le matelas ou le sommier. Ces traces peuvent être des excréments de punaises de lit.
- Il est parfois possible de trouver des punaises vivantes, des œufs ou encore des peaux de punaises qui ont mué.

Le plus souvent, les punaises se trouvent :

- dans la chambre à coucher ou dans le salon s'il y trouve un canapé,
- dans les recoins (liste non-exhaustive) :
 - matelas : cordon, étiquette de la marque, orifice d'aération, attaches des sangles, etc,
 - structure du lit : latte, vis, montant, etc. N'hésitez pas à démonter ou dévisser la structure,
 - galandage ou lambris en contact avec le lit,
 - tringle à rideau, ourlet supérieur et accroches d'un rideau,
 - objets proches du lit : tableaux, tables de chevet, livres, etc.

Moyens de lutte non-chimiques (à choisir selon le type d'objet à décontaminer)

- Aspirez un maximum d'œufs et de jeunes adultes trouvés en utilisant l'embout fin de l'aspirateur.
Attention, l'aspiration ne tue pas les punaises qui peuvent ressortir de l'aspirateur :
 - nettoyez le conduit de l'aspirateur (par exemple en aspirant de l'insecticide en poudre, généralement vendu pour lutter contre les fourmis),
 - jetez dans une poubelle extérieure le sac de l'aspirateur après l'avoir fermé hermétiquement ou l'avoir enfermé hermétiquement dans un sac en plastique, afin d'éviter la dissémination des punaises à d'autres logements.
- Congelez les objets infestés à -20 °C durant au moins 48 h.
- Lavez les objets infestés à la machine à 55 °C, et/ou placez-les au sèche-linge durant au moins 30 minutes à haute température,
- Nettoyez les objets infestés à la vapeur à 120 °C (recoins et tissus d'ameublement).
- Nettoyez à la brosse certains tissus et recoins en y associant systématiquement l'aspirateur ou un grand nettoyage, le brossage ne suffisant pas à tuer les punaises ni leurs œufs.
- Chauffez les pièces de mobilier qui peuvent l'être à 60 °C (la température doit atteindre 60 °C au cœur du mobilier).
- Obturez les fissures et les fentes se trouvant entre les plinthes, sur les cadres de lit en bois et sur les murs en les calfeutrant.
- Réparez ou enlevez le papier qui se décolle.
- Resserrez les plaques d'interrupteur.
- Ne vous séparez pas de meubles que vous pensez contaminés en les donnant à des associations ou à des vide-greniers.

Si vous n'arrivez pas à éliminer les punaises : rapprochez-vous d'un organisme spécialisé dans l'élimination des punaises de lit (scannez le QR code correspondant).

Attention, l'intervention d'un organisme spécialisé peut représenter un certain coût. Certaines municipalités (service de mairie) ont des services d'intervention à un coût plus abordable.

Réduire le risque d'infestation future de votre logement

- Examinez des meubles, vêtements ou livres d'occasion, etc. avant de les acheter.
- Lorsque vous dormez à l'hôtel, examinez la chambre, le lit et surtout le matelas. Au retour d'un séjour, lavez tout votre linge, désinfectez votre valise (insecticide anti-cafard) et prenez une douche.

Pour en savoir plus sur les punaises de lit, **scannez les QR codes.**



Punaises de lit : lutter contre l'infestation

Stop Punaises
Site internet



Punaises de lit et entreprises de traitement

CS3D
Site internet



Punaises de lit et détection canine

SEDCPL
Site internet