

Halte aux punaises !

Punaises de lit : l'essentiel

- Les punaises de lit sont des petits insectes, qui font généralement la taille d'un pépin de pomme. Les punaises de lit adultes sont plates, ovales et de couleur brun rougeâtre. Les jeunes punaises de lit sont très petites et difficiles à détecter à l'œil nu.
- Les punaises de lit se nourrissent de sang humain et peuvent vivre pendant plus d'un an sans manger.
- Les punaises de lit se cachent généralement pendant la journée près de l'emplacement où vous vous reposez ou dormez et viennent pendant la nuit se nourrir sur votre corps. Les punaises de lit ne vivent pas sur votre corps.
- Certaines personnes ne réagissent pas lorsqu'elles sont mordues par une punaise.
- La plupart des punaises de lit se placent à environ 2,5 mètres (8 po) du lieu de repos d'une personne. Plus l'infestation prend de l'ampleur, plus les punaises se multiplient. Où trouve-t-on des punaises de lit ?
 - Dans les matelas, les sommiers, les cadres de lit et la literie
 - Dans les fêlures et fissures des meubles
 - Derrière le papier peint décollé
 - Derrière les cadres et horloges
 - Dans les rideaux
 - Dans les fissures des parquets
 - Sous la moquette
 - Derrière les appareils électriques ou plaques d'interrupteurs

Pour obtenir des informations complémentaires, contactez la Ligne d'informations sur les punaises de lit [Bed Bug InformationLine] au 612-624-2200 ou au 1-855-644-2200, envoyez un courriel à bedbugs@umn.edu ou visitez le site web www.bedbugs.umn.edu

Lutter contre l'infestation des punaises de lit dans les résidences

Lorsque vous mettez tout en place pour lutter contre les punaises de lit dans votre maison :

- **N'UTILISEZ PAS** de pesticides destinés à l'usage agricole ou au jardin.
- **N'UTILISEZ PAS** de produits « fabriqués maison » ou « spécialement formulés » ou des produits achetés auprès d'une personne/entreprise non agréée

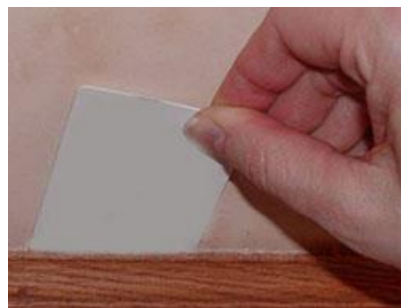
La façon la plus efficace de lutter contre les punaises de lit dans votre maison, c'est d'associer des produits chimiques à des traitements thermiques appliqués par une Entreprise de désinsectisation.

Malheureusement, les services de ce genre d'entreprise peuvent être coûteux. C'est la raison pour laquelle nous vous proposons des conseils pour lutter contre l'infestation des punaises de lit.

Cette tâche est complexe et nécessite du temps. Vous devez déplacer vos meubles, tous les objets de la maison et vos objets personnels. Prévoyez la façon dont vous traiterez chaque pièce. Préparez une « zone propre ».

L'élimination manuelle des punaises de lit

n'est pas 100 % efficace mais vous aidera à limiter la prolifération des punaises dans votre maison. Vous pouvez capturer et écraser les



punaises ou les

capturer sur un ruban adhésif et jeter ce dernier.

Outils pour chasser et détruire les punaises de lit : Lampe de poche, carte de crédit usagée (ou carte du même type), ruban adhésif transparent, sacs en plastique, un chiffon et de

l'eau chaude savonneuse.

Étapes : Utilisez la lampe de poche et une carte de crédit usagée pour rechercher les punaises de lit en glissant la carte dans les fêlures et fissures pour retirer les punaises. Utilisez du ruban adhésif pour y coller les

Comment instaurer une « Zone propre » ?

- ✓ Commencez par les coins et bords des murs, utilisez une carte plastifiée que vous glissez dans les fêlures et fissures pour retirer des éléments.
- ✓ Inspectez et nettoyez le long des fêlures et fissures
- ✓ Vous pouvez utiliser un chiffon humide ou une serpillière pour nettoyer vos sols en carrelage ou plancher, sinon passez l'aspirateur minutieusement
- ✓ N'oubliez pas de nettoyer les cadres et autres éléments suspendus au mur
- ✓ Inspectez les autres éléments et placez-les dans la zone propre
- ✓ Triez les vêtements, le linge de lit et les autres éléments qui peuvent être lavés dans des sacs en plastique (vous pourrez les laver ultérieurement) ; ceci peut être efficace pour traiter les éléments infestés.
- ✓ Consultez la page <http://www.bedbugs.umn.edu/bed-bug-control-in-residences/controlling-bed-bugs-by-hand/> pour obtenir des informations détaillées sur le préparation de la zone propre.

Halte aux punaises !

punaises. Utilisez un chiffon imbibé d'eau chaude savonneuse que vous passez sur les zones d'infestation, les punaises, les taches de sang, les excréments, les œufs et les peaux muées.

L'aspirateur peut être utile pour capturer rapidement les punaises de lit. Passez l'aspirateur contre les plinthes, les appareils électroniques (télévision et chaîne hi-fi) et toutes les zones potentielles de cachette comme les lits, canapés, cadres de lit et commodes. Si vous utilisez un aspirateur-traîneau, videz immédiatement le contenu dans un sac en plastique, fermez ce sac hermétiquement et jetez-le. Nettoyez minutieusement l'aspirateur. Si vous utilisez un aspirateur à sac, retirez immédiatement le sac et placez-le dans un sac en plastique hermétique que vous jetterez. Vérifiez qu'il ne reste pas de punaise dans l'aspirateur et tuez-les pour éviter la prolifération.

Le blanchissage/lavage est un moyen très efficace de traiter le linge qui peut être passé en machine à laver ou sèche-linge. Récupérez le linge de lit et les vêtements sales et placez-les dans des sacs en plastique hermétiques jusqu'à ce qu'ils soient lavés, de façon à limiter les risques de prolifération des punaises. Appliquez des programmes de lavage et de séchage aux températures les plus élevées supportées par le tissu. Si un article ne peut être lavé en machine, séchez-le pendant 30 minutes à la température la plus élevée supportée par le tissu.



La vapeur peut être très efficace si elle est utilisée correctement. Utilisez un nettoyeur vapeur avec une capacité minimale de 1 gallon (~3,8 litres), de préférence avec une commande de réglage du volume. Un dispositif de fixation au sol ou aux tissus/garnitures permet à la vapeur de pénétrer dans les tissus des meubles ou rideaux. Pour tuer efficacement les punaises de lit, la température de surface de l'objet à traiter doit être de 160 à 180 °F (70/80 °C) immédiatement après le jet de vapeur. Utilisez un thermomètre infrarouge pour contrôler la température. Faites attention car la vapeur est brûlante.

La congélation des éléments qui sont infestés est un moyen facile de tuer les punaises de lit. Vous avez simplement besoin d'un congélateur et de temps. Lorsque vous congelez des éléments pour tuer des punaises de lit, vous devez placer les éléments au congélateur pendant au moins 4 jours, à une température de 0 °F (-17 °C) ou inférieure. Ne congeler par n'importe quel objet car la congélation peut abîmer.



Le fait de recouvrir totalement les matelas empêche les punaises de se cacher dedans, zone de choix pour ces insectes mais difficile à traiter. Si un matelas est infesté, enveloppez-le pour piéger les punaises qui commenceront à mourir après 2 semaines mais laissez le surmatelas en place pendant au moins 18 mois. Le surmatelas se nettoie facilement pour être utilisé par la suite en cas de nouvelle infestation. Achetez un surmatelas spécialement conçu pour lutter contre les punaises et pas uniquement pour limiter les allergènes puisque ce type de matelas n'est pas suffisant.

Le traitement à la chaleur sèche est un moyen efficace de lutter contre les punaises de lit. Ce traitement doit uniquement être exécuté par une Entreprise de désinsectisation de façon à atteindre la température de traitement optimale pour éliminer les punaises des éléments et pièces infectés. N'appliquez pas de traitement à la chaleur sèche vous-même.

Halte aux punaises !

Les insecticides sont des moyens particulièrement importants et efficaces pour lutter contre les punaises de lit chez les particuliers, pour passer d'un principal site infesté à un autre site. Veillez à respecter les instructions d'utilisation indiquées sur l'étiquette de chaque insecticide. Nous vous conseillons vivement de faire appel à une Entreprise de désinsectisation pour appliquer les insecticides appropriés. N'utilisez pas des insecticides prévus pour lutter contre d'autres insectes, cela pourrait aggraver la prolifération de punaises et augmenter la zone infestée.

Pour obtenir des informations sur chacune de ces méthodes, consultez le site web www.bedbugs.umn.edu

Mise à jour : le mercredi 4 mars 2015

Par Amelia Shindelar et le Dr Stephen Kells, 2011

Financement en faveur de la campagne « Let's Beat the Bug » fourni par l'Agence américaine pour la protection de l'environnement et le Ministère de l'Agriculture du Minnesota (MDA). L'aide supplémentaire apportée par le Ministère de la Santé du Minnesota a été particulièrement précieuse.

Conformément à la loi américaine en faveur des personnes handicapées (Americans with Disabilities Act), ces informations sont disponibles sous différents supports de communication, sur demande, en appelant au 651/201-6000. Les utilisateurs d'ATS peuvent contacter le service de relais téléphonique du Minnesota au 711 ou au 1-800-627-3529.

L'Université du Minnesota et le MDA sont des établissements de formation et employeurs équitables.

