



## Foire aux questions Punaises de lit, de la prévention au contrôle

Cette foire aux questions est issue des réponses de Jean-Michel Bérenger suite aux questions posées par les participants pendant les deux webinaires en ligne, des 27 octobre & 8 décembre 2020.

<http://www.cres-paca.org/a/935/un-webinaire-sur-l-ambrosie-en-provence-alpes-cote-d-azur/>

### Sommaire

<b>Présentation et cycle de la punaise de lit .....</b>	<b>2</b>
<b>Impacts sur la santé.....</b>	<b>2</b>
<b>Diagnostic et traitements contre les punaises de lit .....</b>	<b>3</b>
<b>Politiques publiques .....</b>	<b>8</b>
<b>Prévention .....</b>	<b>9</b>

## **Présentation et cycle de la punaise de lit**

### **Comment distinguer punaises, puces et autres insectes qui piquent durant le sommeil ?**

Pour les araignées, on voit bien avant l'œdème les deux trous caractéristiques des crochets avec lesquels elles mordent. Elles ne mordent d'ailleurs qu'une fois.

Pour ce qui est des autres types de piqûres dans un lit, ce sont généralement des punaises de lit. Ce peut être des puces si des animaux sont présents dans le logement. Les piqûres des puces et des punaises de lit se ressemblent puisqu'elles sont généralement alignées par trois. Par contre les piqûres de puces sont généralement au niveau des chevilles. Les réponses aux questions circonstanciées, comme la présence d'animaux de compagnie, permettent de poser un diagnostic en faveur d'une piqûre par les puces. Contrairement aux punaises, les puces ne se cachent pas et on les voit sauter, particulièrement sur les draps blancs. La larve de la puce vit au niveau du sol mais elle ne pique pas, c'est une biologie très différente de celle de la punaise de lit.

### **Peut-on se faire piquer par les punaises de lit et ne jamais les voir ?**

C'est le problème effectivement, d'où l'intérêt de faire un diagnostic avec des chiens qui détectent précisément les punaises et leurs œufs. Il y a des cas où les punaises sont cachées dans la double cloison des appartements rénovés en BA13 ou les faux-plafonds.

### **Le phénomène de diapause des punaises de lit est-il dû à la saison ou à la détection de CO<sub>2</sub> ?**

La diapause consiste pour la punaise à ralentir sa biologie quand elle ne détecte plus de sang dans son environnement. Elle va alors se tapir dans sa cachette, ralentir son métabolisme, puis ne plus bouger. Elle peut rester comme cela très longtemps. Lorsqu'elle détectera de la chaleur et du CO<sub>2</sub> elle réactivera son métabolisme. Il n'y a pas de saison pour les punaises de lit, étant donné qu'elles vivent chez nous et que l'hiver nous mettons du chauffage. La diapause est engendrée quand on quitte le logement pendant quelques jours ou quelques mois. Sachant que si vous avez des animaux, elles peuvent aussi se nourrir de leur sang. Elles peuvent en effet piquer un chien ou un chat sans problème, mais elles préféreront toujours piquer l'humain.

### **La punaise de lit a-t-elle un prédateur naturel ?**

Il n'y a pas de prédateur dans une maison a priori. Mais les toiles d'araignées peuvent constituer des pièges pour les punaises de lit. Les réduves et le mille-pattes nommé la scutigère, sont aussi des prédateurs naturels, mais ils n'ont pas vraiment leur place dans une maison.

## **Impacts sur la santé**

### **Les punaises de lit peuvent-elles être un vecteur de maladie ?**

En laboratoire, des tests sont réalisés en les nourrissant de bactéries. Il est observé que les bactéries survivent dans l'intestin et dans les déjections durant quelques jours. Par contre, il n'a jamais été prouvé, ni observé, que le pathogène rejoint les glandes salivaires.

La piqûre de la punaise de lit n'est donc pas infectante car les pathogènes n'atteignent pas les glandes salivaires mais elles sont porteuses de bactéries dans l'intestin et dans leurs déjections et peuvent avoir une compétence vectorielle.

### **Est-ce pour cette raison que les punaises de lit ne sont actuellement pas considérées comme étant un problème de santé publique ?**

Tout à fait, cela a été le cas il y a quelques années quand le problème des punaises de lit a commencé à exploser. A l'époque les Agences régionales de santé (ARS) répondaient qu'il ne s'agissait pas d'un problème de santé publique puisque les punaises de lit ne transmettent pas de pathogènes. Mais le développement des infestations par la punaise de lit ces dernières années et de son impact psychologique, donc sur la santé mentale, a induit une prise de conscience chez ces organismes et donc une implication dans le traitement de ce problème. Les ARS est désormais impliquée dans la prévention et dans la diffusion d'informations sur la punaise de lit auprès du public. Il y a donc une réelle implication et mobilisation contre la punaise de lit, sans pour autant qu'elle soit reconnue comme étant un problème de santé publique.

### **Est-ce qu'il y a des risques que les punaises de lit puissent transmettre des maladies infectieuses ?**

En l'état actuel des connaissances, les punaises de lit ne transmettent pas de maladie. Il a été démontré qu'elles peuvent conserver des bactéries comme la Bartonella ou la Borrelia dans leur intestin et les rejeter vivantes dans leurs déjections. Il peut donc y avoir un jour un risque et les punaises de lit sont donc sous surveillance, notamment avec certaines vagues de migration qui peuvent être sujets aux poux de corps. Ces derniers peuvent être porteurs de la Borrelia, puis la transmettre aux punaises de lit. Il pourrait donc s'agir de vecteurs secondaires. Pour l'heure, cette transmission n'a jamais été observée malgré les centaines de milliers de personnes piquées chaque jour dans le monde, aucune épidémie n'a été observée. Mais, le brassage et la paupérisation des populations doit conduire à une surveillance.

### **À quand le classement de la punaise de lit en insecte nuisible et portant atteinte à la santé de l'homme ?**

Elles sont déjà classées en tant que nuisible puisqu'elles ont des conséquences dans une maison, aussi bien économiques que sociales et sur la santé, particulièrement la santé psychologique. C'est donc un insecte qui pourrait être classé comme portant atteinte à la santé. Mais ce n'est pas facilement admis car on considère généralement que ce qui porte atteinte à la santé doit transmettre une maladie, ce qui n'est pas le cas a priori. Le Gouvernement et le Ministère du logement travaillent sur le sujet de l'impact sur la santé mentale ; un rapport allant dans ce sens vient d'être rendu au ministère. (cf. RACON-BOUZON Cathy, [La punaise de lit. Un fléau à l'ombre des politiques publiques. Ça pique ! Prévenir et agir ensemble pour ne plus subir](#), Premier ministre, Ministère de la transition écologique et solidaire, 2020-10, 100 p.)

## **Diagnostic et traitements contre les punaises de lit**

### **Les chats peuvent-ils ramener des punaises de lit à la maison ?**

Non, ils ne le peuvent pas. La punaise de lit n'est pas un insecte qui vit sur son hôte, contrairement au pou de corps ou à la puce. Elle vient sur nous uniquement pour se nourrir. De plus, la punaise de lit n'aime pas trop les poils, elle ne pique d'ailleurs jamais au niveau de la tête, là où il y a les cheveux. Un chat ne va pas donc pas transporter sur lui des punaises par contre il peut se faire piquer à la maison.

### **Peut-on se faire piquer et ne jamais voir ces punaises de lit ?**

C'est le problème effectivement, d'où l'intérêt des chiens qui détectent précisément les punaises et leurs œufs. Il y a des cas où les punaises sont cachées dans la double cloison des appartements rénovés en BA13 ou les faux-plafonds. Dans ce cas le traitement chimique ne fonctionne pas toujours et elles reviennent piquer.

### **Les punaises de lit ont-elles d'autres supports de prédilection que les matelas, le bois aggloméré, les fermetures et les prises ?**

La tapisserie qui se décolle, les écailles de peinture... Tous les endroits confinés où elles peuvent se cacher. Elles n'aiment pas les surfaces lisses. Dans les foyers où il y a énormément de passage, comme ceux qui reçoivent des étudiants ou des migrants, il faut adapter le mobilier. Par exemple, il s'agit de choisir des lits métalliques, avec un minimum de surface et des sommiers à ressorts, des matelas simples avec une housse. Ce sont des exemples de moyens de prévention pour s'en protéger, car elles vont avoir plus de mal à s'installer et quand cela sera le cas, elles seront visibles plus facilement car elles n'auront pas d'endroits pour se cacher. Des sociétés distribuent aujourd'hui des sommiers totalement adaptés à ces endroits de passage. Il s'agit de blocs de résine n'ayant aucune cachette pour les punaises de lit. Ils se traitent donc facilement car les punaises sont très faciles à atteindre.

### **Quels sont les moyens de lutte les moins nocifs pour la santé des occupants ?**

Ce sont ceux de la lutte physique : détection, avec des chiens éventuellement, puis aspiration et vapeur et éventuellement terre de Diatomée. C'est un traitement efficace, qui peut être renouvelé car il n'est pas toxique. L'aspiration, la vapeur, le lavage du linge, peuvent être faits et refaits, il n'y a pas de risque. Ces moyens peuvent permettre de s'en sortir seul. Lors de ce traitement, il est possible de protéger les vêtements de celui qui traite avec une surblouse, si celui-ci craint que les punaises soient projetées sur ses vêtements. Par contre, s'il s'agit d'une infestation importante, le recours au chimique est incontournable car toutes les punaises ne peuvent pas être éliminées dans ce cas avec les moyens physiques.

### **Quels conseils donner contre les punaises de lit aux familles modestes qui n'ont pas les moyens de faire appel à une société ou d'investir dans un appareil à vapeur ?**

Utiliser l'aspirateur correctement permet d'éliminer environ 80 % de la population de punaises de lit. Le nettoie-vapeur est aussi important dans cette lutte. Il faut s'en faire prêter un ou en louer un. Ce ne sont pas des outils très coûteux et il n'y a pas besoin de choisir du haut de gamme, dès 100 € ils sont efficaces. Certaines associations mettent à disposition ces appareils.

Il faut aussi protéger le matelas de façon efficace (cf. démonstration dans le webinaire). En effet, tout le monde n'a pas les moyens de racheter un matelas ou une housse de protection. La solution se trouve dans un gros rouleau de plastique à moins de 10 €. Avec des moyens peu coûteux, on peut lutter efficacement contre la punaise de lit. Mais il faut bien sûr la connaître et la reconnaître. Il faut aussi avoir la volonté de lutter seul contre elle. Avant la dernière guerre, il n'y avait pas d'insecticides et les gens traitaient par eux-mêmes les problèmes de punaises de lit. Aujourd'hui, le problème vient de situations où les gens n'agissent pas contre sa présence, ce qui lui permet de proliférer... Il faut donc ensuite aider ces personnes pour endiguer le problème.

### **Qu'en est-il de la vapeur sèche pour lutter contre les punaises de lit ?**

La vapeur sèche étant de la chaleur, c'est un traitement qui fonctionne très bien. Il faut juste respecter les températures, sachant qu'une punaise adulte meurt à environ 48°C et les œufs à 54°C. Ce sont des sociétés spécialisées qui s'en chargent afin de bien chauffer toute l'habitation. En

effet, si une zone est oubliée et reste froide, les punaises de lit vont vite s'y réfugier. L'autre solution qui fonctionne bien est la tente thermique. Tous les objets qui sont douteux, canapé, lit, matelas, vêtements sont installés sous cette tente et chauffés à 56°C pendant une heure (une marge de sécurité de 2°C est conservée). Ce traitement fonctionne très bien, mieux que le froid. Deux à trois rotations de matériel par jour peuvent être faites alors qu'il faut 2 à 3 jours pour que le froid fonctionne.

### **Peut-on utiliser la vapeur du fer à repasser ?**

Oui mais cela n'est pas pratique pour traiter la maison. Il faut être précis et garder une distance restreinte entre la buse et les punaises, car plus cette distance est grande plus la température diminue et il faut rester dans la fourchette de 70 à 100°C.

### **Comment fonctionne la terre de Diatomée et qu'elle est son utilité ?**

Elle est toujours utilisée en fin de traitement. C'est un traitement de fond qui fonctionne très longtemps. Elle est utilisée sous forme de poudre pour les endroits confinés, comme les prises électriques, les gaines... La terre de Diatomée ressemble un peu à du plâtre. Il y a aussi le dioxyde de silicium qui ressemble plus à du sucre glace et qu'il faut privilégier. Il va assécher et abraser la cuticule. Ces deux traitements fonctionnent très bien. Par contre, ils n'ont pas un effet choc, puisqu'ils fonctionnent au bout de quatre jours environ. Il faut que les punaises soient vraiment au contact du produit, donc qu'elles passent dessus et qu'elles s'en imprègnent la cuticule qui va s'assécher. La terre de Diatomée peut aussi provoquer des ruptures au niveau de l'intestin qui font éclater le contenu stomacal. Le sang qu'elles ont absorbé se diffuse alors dans tout le corps et entraîne la mort. Les punaises mortes sont alors toutes noires.

Il faut éviter de respirer la terre de Diatomée, bien que cela soit de la silice amorphe, car il y a toujours 3 à 4 % d'impureté, c'est-à-dire de la vraie silice, ce qui pose des problèmes. Ce sont des substances qui peuvent provoquer des irritations au niveau des bronches en y absorbant l'humidité, il faut donc être vigilant et toujours mettre gants et masques. Il ne faut ni en mettre partout sur le sol, là où les enfants circulent, ni sur le matelas pour qu'elle ne soit pas respirée toute la nuit.

La terre de Diatomée est à réserver aux endroits confinés où se cachent les punaises. Elle existe aussi en version spray, qui va mieux se fixer sur les supports et donc être moins volatile et susceptible d'être respirée.

### **Quelles sont les conséquences sur l'environnement et sur la santé des traitements chimiques utilisés par les professionnels ?**

Le traitement se fait dans un milieu confiné et reste limité à la maison elle-même. Les produits y sont en effet répandus. Ces produits sont toxiques à l'état liquide mais le sont beaucoup moins une fois secs. Les habitants doivent d'ailleurs quitter les lieux traités pendant une journée afin qu'ils sèchent. Ce ne sont pas des solutions à préconiser dans une maison, particulièrement s'il y a des enfants. Dans les hôpitaux de Marseille, la lutte physique est privilégiée au maximum.

Quand il faut aller plus loin, il faut opter pour les insecticides les moins toxiques et les utiliser aux bonnes dilutions. Le professionnel doit revêtir un équipement de protection avant d'utiliser ces produits.

### **Existe-t-il des dispositifs de traitement particuliers pour les crèches et les écoles ?**

La mairie de Marseille travaille sur des moyens de lutte naturels afin de ne pas introduire de produits chimiques dans ces environnements. Des sociétés de détection canine interviennent et les traitements sont faits à la vapeur. Une tente thermique dans une école a été utilisée après la

détection par le chien. Tous les mobiliers infestés ont été traités par la tente thermique. Pendant le traitement à la chaleur du mobilier, les locaux sont traités à la vapeur. Cette méthode permet de traiter toute une école en une matinée.

### **Qu'en est-il du traitement du linge par le froid ?**

Il s'agit de traiter le linge à -20°C pendant 72 heures. C'est un traitement efficace qui peut être préconisé pour les textiles sensibles qui ne résistent pas à un lavage à 60°C, comme la laine ou le cachemire par exemple. Le froid est la seule alternative pour ces textiles.

### **Que pensez-vous de traiter le linge à l'insecticide dans un sac fermé ?**

Le problème est la résistance des punaises de lit à ces produits qui sont souvent toxiques pour l'homme. Mieux vaut traiter avec de la terre de Diatomée et bien laver le linge avant de le porter. Il est aussi possible d'utiliser le pyrèthre végétal et la terre de Diatomée qui agissent en synergie : la terre de Diatomée permet à l'insecticide de mieux entrer dans le corps et celui est donc plus efficace. Pour le matelas, il faut préférer le traitement au nettoie-vapeur qui est très efficace et sans risque.

### **Où peut-on trouver des sacs hydrosolubles ?**

Sur internet. Ils sont très pratiques car ils sécurisent le transport et la mise en machine à laver du linge infesté par les punaises de lit.

Le sac hydrosoluble permet de collecter et transporter le linge afin de le mettre directement dans la machine à laver, ce dernier se dissolvant dans l'eau. Les punaises de lit enfermées dans le sac ne peuvent donc pas s'échapper et seront détruites lors du lavage.

### **Qu'en est-il de l'étude ayant mis en avant un champignon capable de tuer les punaises de lit ?**

Ce champignon, le *Beauveria bassiana*, est connu depuis longtemps. Il est utilisé notamment en agriculture pour tuer des insectes. C'est un champignon entomopathogène. Ce champignon est déjà commercialisé aux USA, pour lutter contre les punaises de lit. La société qui le fabrique n'a pas les autorisations pour le vendre en Europe. Mais les articles scientifiques semblent montrer que c'est une solution prometteuse. Il ne s'agit toutefois pas d'une solution offrant un effet choc puisqu'il faut une dizaine de jours pour tout tuer. Par contre, le fait que sa propagation se fasse par des spores est intéressante. Les punaises ont en effet tendance à se regrouper ensemble dans des cachettes. Il suffit donc d'une punaise qui transporte des spores sur ses pattes pour communiquer le champignon à toute la population et la détruire. Ce champignon semble donc être un bon moyen de lutte pour l'avenir.

### **Les huiles essentielles peuvent-elles avoir un impact sur les punaises de lit ?**

Certaines fonctionnent comme le thymol, mais il faut qu'elles soient bien concentrées. Par contre certaines huiles essentielles ont une odeur forte et tenace dans le logement. C'est le cas par exemple d'un produit qui contient de l'huile essentielle de géraniol et qui a un effet débusquant qui fonctionne bien avec la terre de Diatomée.

Les huiles essentielles sont des molécules actives et potentiellement irritantes, il faut donc être vigilant à leur dosage et à leur inhalation.

### **Est-ce que la glace carbonique utilisée contre les rats, est aussi efficace contre les punaises et leurs œufs ?**

La glace carbonique, c'est du CO<sub>2</sub> et une température proche des -80°C, donc elle tue tout. C'est donc un traitement qui existe et qui fonctionne, certains l'utilisent d'ailleurs pour les punaises de

lit. Toutefois il y a deux inconvénients : lorsque le gaz sort, il sort en pression. Il y a donc la même contrainte que pour la vapeur, c'est-à-dire qu'il faut bien aspirer avant, sans quoi les punaises de lit sont projetées dans tout le logement. D'autre part, lors de ce traitement dans une pièce pendant plusieurs minutes il y a un dégagement de CO<sub>2</sub> dans la pièce qui n'est pas sain pour la personne qui traite.

### **Comment peut-on trouver une société de détection canine ?**

Sur internet. Il faut discuter avec le prestataire pour s'assurer de son professionnalisme et de son sérieux. Par exemple, s'il annonce qu'il peut traiter une centaine d'appartements dans la journée, il n'est pas crédible. Il ne faut pas oublier que le chien est un animal, pas une machine, et qu'il a besoin de se reposer.

### **Avez-vous une estimation du coût de la détection canine pour un logement de trois pièces ?**

C'est autour de 300 €, déplacement compris. C'est pour cela qu'il est important de communiquer dans les immeubles et avec ses voisins, afin de ne pas payer 300 € par appartement, mais plutôt de mutualiser les frais et d'obtenir un tarif dégressif avec le lot. Le chien a un coût supplémentaire, mais c'est un gain de temps et d'efficacité. 10 chambres ne vont pas être traitées si le chien n'a détecté une infestation que dans une. Son intervention permet aussi de traiter précisément la zone concernée. Enfin, si l'option pour une lutte physique est prise, le traitement est effectué immédiatement après le passage du chien, puis après quelques minutes d'attente, le chien peut passer à nouveau pour vérifier si elle a été efficace. En une matinée le logement est traité et l'efficacité est prouvée par le chien.

### **Pouvez-vous donner des détails sur le diagnostic immobilier obligatoire de détection des punaises de lit ?**

Vous pouvez consulter le texte de la loi ELAN de novembre 2018, plus précisément [l'article 142](#), qui traite notamment particulièrement des punaises de lit. Ce texte est inscrit dans le décret décence de l'habitat. Il pose le principe que le logement doit être exempt de tout nuisible, quand vous vendez ou louez un bien. Un diagnostic immobilier doit donc être réalisé.

### **Que faire lorsque le locataire ne veut pas participer à l'éradication des punaises de lit ?**

Cela se passe généralement au cas par cas. Ce n'est pas évident car la punaise de lit n'est pas reconnue comme insecte nuisible pour la santé. Il n'y a pas de solution légale. Si l'infestation est très importante, il ne faut pas hésiter à faire intervenir l'ARS et la mairie par exemple. Dans les situations plus complexes, voire bloquées, par exemple un locataire qui refuse d'ouvrir sa porte, on peut faire appel à la police.

### **Dans le cas d'une location, la répartition des frais entre le locataire et le propriétaire est-elle envisageable ?**

Souvent dans des cas litigieux, on s'appuie sur une [loi de juillet 1989](#). Elle dit que le propriétaire paie la main d'œuvre et le locataire les produits. La loi ELAN a été publiée en novembre 2018 et prévoit que si vous voulez louer ou vendre un bien, il faut fournir le diagnostic nuisible en plus des autres diagnostics immobiliers.

### **Qu'est-ce que la CS3D ?**

C'est la chambre syndicale Désinfection, Désinsectisation et Dératisation qui siège à Paris. Elle regroupe les adhérents désinsectiseurs. L'adhésion n'est pas obligatoire. Les adhérents bénéficient d'informations importantes auprès de ce syndicat.

## **Politiques publiques**

### **Quel est l'échelon territorial et l'institution qui a la compétence d'agir en cas d'infestation chez un particulier, dans un établissement sanitaire et dans un établissement hôtelier ?**

C'est du cas par cas car il n'y a pas d'institution désignée. C'est au bon vouloir des pouvoirs publics. Certaines mairies ont des services spécialisés, comme c'est le cas à Paris, pour intervenir à domicile à moindre coût.

### **Quelles peuvent être le rôle des collectivités dans la lutte ?**

La prévention est primordiale. Actuellement avec la mairie de Marseille il y a en projet la création de la maison de la punaise dans laquelle les gens pourraient se former. Une chambre serait reconstituée pour montrer où chercher les punaises et comment agir, avec notamment l'aspirateur et le nettoie-vapeur. La formation serait payante pour une somme modique de 1 ou 2€, afin d'acheter des nettoie-vapeur pour une mise à disposition aux plus modestes. Le projet est actuellement en attente.

Il y a aussi la formation de personnel d'associations pour mettre en place des protocoles et agir chez des personnes défavorisées. De même dans les foyers de personnes sans domicile fixe, pour leur montrer comment traiter et stopper l'infestation.

### **Existe-t-il des soutiens financiers pour lutter contre les punaises de lit, notamment pour les particuliers ?**

C'est au bon vouloir des pouvoirs publics locaux. Sachant que pour tout ce qui est bâtiment, c'est aux bailleurs d'intervenir. Il leur est conseillé d'agir vite, car plus ils attendent, plus cela va leur coûter cher. La punaise de lit, c'est comme un incendie, au plus tôt on intervient au mieux cela va marcher et plus simple cela sera. Plus on attend plus c'est catastrophique. Donc il faut vraiment mettre en place rapidement ces actions de lutte.

### **Les punaises de lit font-elles partie du plan régional santé environnement (PRSE) ?**

L'ARS finance l'information sur la lutte contre les punaises de lit, par exemple en éditant des plaquettes en plusieurs langues (cf. p 9). Elle finance aussi via le PRSE une formation pour les hôpitaux qui est en train de se mettre en place à l'Assistance Publique - Hôpitaux de Marseille (AP-HM) et qui sera une formation à destination des établissements hospitaliers pour lutter contre la punaise de lit dans ce milieu particulier, formation théorique et surtout pratique avec des travaux pratiques en chambre d'hôpital.

### **À Marseille, le service communal d'hygiène s'implique-t-il dans la prise en charge du problème ?**

Oui, l'ancienne équipe municipale y était sensible et la nouvelle est tout à fait d'accord pour continuer dans ce sens. Toutefois, il ne faut pas oublier que les pouvoirs publics ne peuvent pas être derrière tout le monde. Il est donc essentiel de réapprendre aux gens à se débrouiller d'eux-mêmes en la matière, avec les moyens simples de la lutte physique. Les pouvoirs publics pourraient intervenir aussi en tant qu'appui financier pour acheter du matériel particulièrement le nettoie-vapeur.

## Prévention

### **Que faire pour éviter de rapporter des punaises de lit chez soi, notamment quand on a fait un séjour dans un autre lieu d'habitation ?**

Lorsqu'il y a des doutes et que vous avez été piqué, il faut ouvrir la valise dans la baignoire ou la douche lors de votre retour. C'est une surface blanche et lisse qui permet de bien voir les punaises s'il y en a et sur laquelle elles ont du mal à se déplacer et donc à s'enfuir. Ensuite il faut laver tout le linge contenu dans la valise à 60°C. Celui qui ne passe pas à la machine peut être congelé. Si cela n'est pas possible il faut laver et brosser dans la douche ou la baignoire. Exceptionnellement, la valise peut être traitée avec une bombe insecticide : pulvériser, refermer et laisser agir quelques heures, toujours dans la baignoire. Il faut éviter de faire rentrer les punaises de lit dans son logement.

### **Peut-on faire des traitements préventifs comme c'est le cas par exemple pour les blattes ?**

Non, ce n'est pas possible. Les blattes mangent de tout, mettre des appâts empoisonnés est donc possible. Les punaises de lit par contre se nourrissent uniquement de sang, il n'est donc pas possible de faire des appâts. Il existe toutefois des pièges à phéromones en carton avec une partie collante. C'est un bon système pour les détecter car lorsque la punaise n'est pas encore installée elle peut être attirée par la cachette avec son odeur. Par contre, si la population est déjà installée, le piège ne sert à rien car il est en concurrence avec les cachettes existantes. Des pièges avec du CO<sub>2</sub>, de la chaleur et de l'odeur sont en cours de développement. Les meilleurs moyens sont la prévention et la formation. Dans un hôtel, il s'agit de former le personnel, particulièrement les femmes de ménage, qui vont détecter des traces de sang et de déjections et ainsi pouvoir donner l'alerte. Dans les immeubles d'habitation, il faudrait distribuer des plaquettes d'information aux habitants, pour qu'ils puissent donner l'alerte rapidement.

### **Que faire dans le cas des gîtes et refuges de randonnées, où les randonneurs transportent potentiellement les punaises de lit ?**

Il faut mettre dans chaque chambre une petite plaquette de prévention et inciter à la communication avec l'équipe du gîte. Des pièges détecteurs peuvent être posés sous chaque lit et mettre à disposition des randonneurs des sacs étanches afin qu'ils y déposent leurs sacs dedans. Il y a encore de nombreux hôteliers qui refusent d'en parler avec leur clientèle et qui se retrouvent à gérer des problèmes de prolifération de punaises de lit. Ils ont peur de la réaction des clients, alors qu'ils sont en général très curieux et souhaitent s'informer sur la question.

### **Existe-t-il des outils de prévention, notamment en plusieurs langues ?**

Des outils d'information et de prévention ont été mis en place avec l'ARS. Il y a plusieurs années, un travail a débuté avec les syndicats d'immeubles, pour leur conseiller de mettre des affiches de sensibilisation dans les halls d'entrée. Le retour des syndicats a permis de prendre conscience de la nécessité de traduire ces affiches en plusieurs langues, pour qu'elles puissent être comprises par tous. L'ARS vient de publier des plaquettes d'information sur les punaises de lit, en français, arabe, comorien et anglais. Elles sont à disposition en téléchargement ou en commande sur le site de l'ARS et sont distribuées aux sociétés de désinsectisation. Ces professionnels vont ainsi pouvoir sensibiliser les publics et communiquer sur leur intervention grâce à cette plaquette d'information (Plaquette téléchargeable sur : <https://www.paca.ars.sante.fr/punaises-de-lits-les-bons-gestes-adopter>)