



Communiqué du 11/10/2023

MAIRIE
TRANS-EN-PROVENCE

VAR

Infestation punaises de lit

Prenez vos précautions !



La Punaise de Lit ou *Cimex Lectularius* est l'espèce la mieux adaptée aux environnements humains. Les infestations sont en forte augmentation depuis quelques années.

Comment reconnaître une punaise de lit ?

Les punaises de lit sont des insectes **visibles à l'oeil nu**. Elles **ne volent pas** et se déplacent en marchant rapidement en pleine lumière. Elles possèdent des poils microscopiques qui leur donnent un **aspect légèrement rayé**. Les adultes sont de **couleur brun-rouge**, avec un **corps ovale et aplati**.

En gros, La Cimex ressemble à **une lentille verte** après cuisson. Leur forme aplatie caractéristique, leur permet de se glisser dans des anfractuosités de la taille de l'épaisseur d'une carte de crédit. Par contre après leur repas, une fois la punaise gorgée de sang, elle ressemble à un **pépin de pomme**.

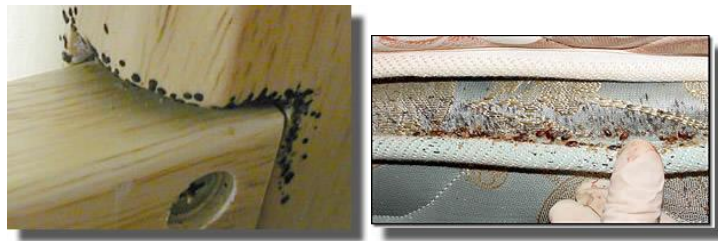
Les punaises de lit adultes mesurent 5 à 8 mm de long et ne se déplacent pas. Les nymphes sont translucides et de couleur plus claire. En devenant adultes, elles deviennent de plus en plus foncées et opaques. À l'âge adulte, on les compare souvent à des lentilles ou à des pépins de pomme.

De quoi se nourrit la punaise de lit ?

La punaise de lit se nourrit **essentiellement de sang humain**. Comme toutes les punaises, elle possède **un appareil buccal piqueur-suceur** transformé en rostre long, conçu pour piquer et sucer le sang sous le corps. Grâce à ce rostre qui est une sorte de tube allongé à 2 entrées, la punaise perce notre peau pour injecter un peu de salive qui contient un anesthésiant afin de réduire la douleur de la piqûre et avec l'autre tube, un anticoagulant pour fluidifier notre sang.

Où se cachent les punaises de lit

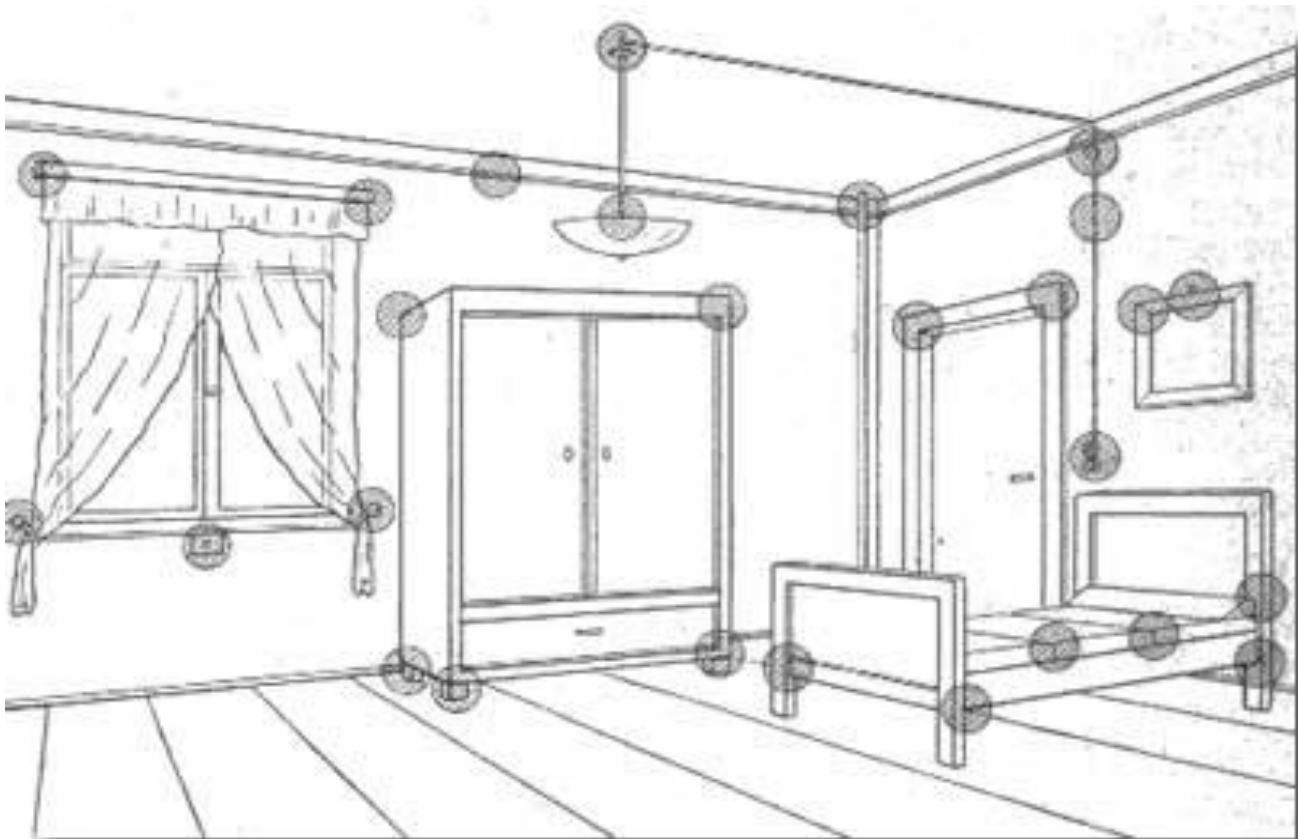
Le jour, elle se cache dans les fentes des planchers, dans les recoins des habitations et dans les lits. Si on l'a dérangée ou si on allume la lumière, elle se faufile rapidement pour se dissimuler.



Son activité est **principalement nocturne**. Cependant, une femelle affamée peut piquer le jour. Même si vous ne la voyez pas, sa présence peut se détecter sur vos draps par des traces de sang ou des points noirs (comme si on avait secoué un stylo plume) ou bruns sur le matelas, le sommier ou les murs. C'est simplement leurs déjections qui parfois entraînent une odeur bizarre dans la pièce. Leur longévité varie de 4 mois à un an. Les punaises de lit ont une espérance de vie d'un an et une femelle peut pondre de 200 à 500 œufs selon sa source de nourriture humaine et de la température de sa cachette.

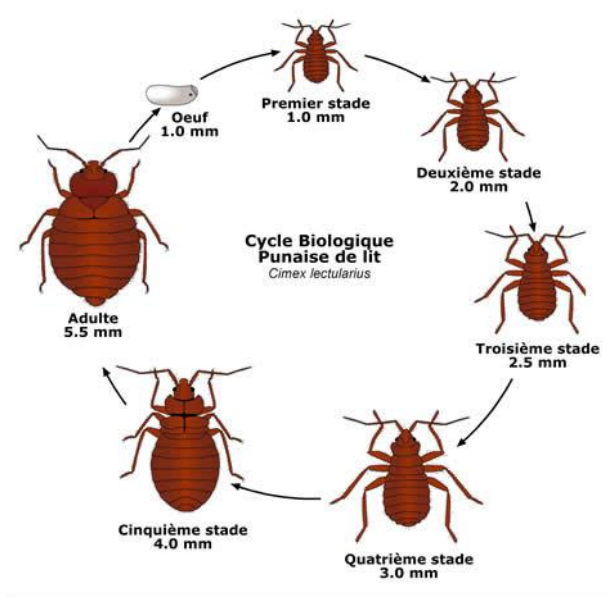
Contamination

La punaise de lit est une grande voyageuse. Elle se propage très vite d'une pièce à l'autre ou d'un appartement à un autre. En général elle occupe de préférence la chambre à coucher mais elle peut très bien, dans le cas d'absence de nourriture, se propager à d'autres pièces de la maison.



Personne n'est à l'abri de ce nuisible et il est très facile d'en ramener chez vous à votre insu, soit directement par contact avec une personne infestée, soit par déplacement de meubles, déménagements ou simplement par le mouvement de bagages (lieu public, transport en commun, hôtel, chambre d'hôtes, train couchette, hôpital, internat...). Et voilà en quelques semaines vous êtes à la tête d'un élevage de punaise de lit.

Comment se reproduit la punaise de lit ?



Ce cycle dure deux à dix mois en fonction de la température et de la nourriture.

Ayant absorbé du sang, la femelle fécondée pond une dizaine d'œufs qu'elle va "coller" le plus près de sa source alimentaire. Si elle peut absorber régulièrement du sang, soit environ tous les 3 ou 4 jours, elle pourra continuer sa ponte durant près de 6 mois. Les œufs sont pondus principalement dans les literies des animaux ou dans les recoins des habitations. Ils sont blanchâtres en forme de poire et de la taille d'une tête d'aiguille. On peut trouver des grappes de 10 à 30 œufs dans les coutures de matelas, dans les lattes de sommier et oreillers particulièrement dans les coutures, les plis et les poches. Les œufs éclosent environ au bout de 10 jours. Après l'éclosion, la punaise passe par 5 stades larvaires. Les cinq stades larvaires ont besoin d'une grande quantité de sang. Les larves et les imagos peuvent absorber le double de leur poids de sang. Les larves sont capables de se passer de nourriture pendant environ trois mois et les imagos encore plus longtemps. La température joue un rôle important dans leur développement. Si la température ambiante ne descend pas au-dessous de 13 à 15°C, le développement est continu. S'il fait froid, la croissance s'arrête et la punaise de lits hiberne.

La piqûre de la punaise de lit et l'homme

Petite, mais avec un appétit d'ogre, en une seule nuit, elle peut nous piquer plus de 90 fois. La punaise repère sa victime en partie par la chaleur qu'elle dégage. Cette punaise ne parasite pas uniquement l'homme mais également les oiseaux et les mammifères. A ce jour, ces insectes ne semblent pas être les vecteurs de maladies connues. Ses piqûres sont souvent indolores et laissent des traces rouges sur la peau comme une piqûre de moustique. Parfois, elles causent des démangeaisons qui peuvent perturber le sommeil. On trouve généralement de trois à quatre piqûres en ligne droite ou groupées au même endroit sur la peau.

Les piqûres sont le plus souvent sur les parties exposées des bras, des jambes et du dos. Toutefois, la réaction dépend de la sensibilité de l'individu :

- Pour certains, les piqûres disparaissent au bout de quelques heures voire quelques jours sans traitement.
- D'autres ne savent même pas qu'ils ont été piqués et ne verront aucune piqûre avant quelques mois d'infestation.
- Mais pour d'autres, c'est une réaction allergique immédiate et localisée, sortes de boursouffures prurigineuses de couleur rouge vif très douloureuses qu'il ne faut surtout pas gratter sans risquer de sérieuses infections ou autre maladie. En cas de grosse réaction, il est conseillé de consulter son médecin traitant.

Vous devez dormir hors de chez vous (hôtels, bungalow, chambre d'hôtes ...)

- N'hésitez pas à inspecter la literie (petite tache noire sur les coutures des matelas...)
- Mettre tous vos bagages, vêtements et chaussures dans de grands sacs étanches (par exemple sac poubelle) pour éviter qu'une ou plusieurs punaises s'y introduisent et se fassent transporter jusqu'à votre domicile.

Que faire en cas d'infestation ?

Seule solution pour exterminer les punaises de lit : recourir à une société de décontamination. L'entreprise intervient deux fois, parfois trois, dans le logement, à 15 jours d'intervalle, afin de se débarrasser des punaises de lit vivantes puis de leurs œufs qui auront éclos. Les occupants devront s'absenter pendant quatre heures après l'administration du produit.

En cas d'infestation, il existe des mesures temporaires pour se prémunir des piqures de punaises de lit. Des dispositifs de capture d'insectes peuvent s'installer sous les pieds de lit. Matelas et oreillers peuvent être protégés grâce à une housse spéciale et les draps ne doivent pas traîner au sol. Les vêtements et le linge de maison infestés doivent être mis dans des sacs hermétiques et traités ou lavés à 60 degrés en machine minimum, voire passés au sèche-linge. Ces petites bêtes ne résistent pas à des températures extrêmes.

Vous pouvez contacter le service Risques Majeurs, Prévention & Environnement de la commune pour de plus amples informations : rmpe@transenprovence.fr ou tel : 04 98 10 43 25.