



Informations relatives aux punaises de lit pour les voyageurs (Bed Bug Information for Travellers)

Comment les hôtels ou hébergements peuvent-ils être infestés par les punaises de lit?

(How do travel accommodations become infested with bed bugs?)

Les clients peuvent introduire des punaises de lit dans un hôtel ou un autre hébergement avec leurs effets personnels. Le propriétaire de l'hébergement n'a guère de recours pour prévenir une telle infestation. Un hébergement bien géré doit avoir mis en place un protocole permettant la vigilance du personnel chargé du ménage, pour qu'il recherche les signes de la présence de punaises de lit.

Comment me protéger des punaises de lit lors d'un voyage?

(How can I protect myself from bed bugs while travelling?)

- Il faut savoir à quoi ressemble les punaises de lit et où les trouver.
- Inspectez votre chambre pour rechercher les signes de la présence de punaises de lit avant de commencer à défaire vos valises.
- Ne posez pas vos vêtements ou votre valise sur le lit.

Que doit-il se passer si je trouve des punaises de lit dans ma chambre?

(What should happen if I find bed bugs in my room?)

- L'hôtel devrait vous proposer une autre chambre. Le personnel peut vous demander d'inspecter vos effets personnels afin d'éviter la prolifération des punaises de lit à la nouvelle chambre.
- Les vêtements des clients et autres articles pouvant avoir été infestés doivent être traités pour détruire les punaises de lit. Placer des vêtements propres dans un sèche-linge à chaud pendant 30 minutes permettra d'exterminer les punaises de lit à tous les stades de leur développement. L'hôtel devrait vous proposer ce service ou prendre d'autres dispositions pour vous.
- L'hôtel doit avoir mis une procédure en place pour que la chambre reste hors service jusqu'à l'élimination totale des punaises de lit.

Que puis-je faire de plus pour me protéger?

(What else can I do to protect myself?)

Dans n'importe quel établissement, même s'il est propre et bien géré, il est possible d'avoir quelques punaises de lit dans une chambre. Il se peut que vous ne les remarquiez pas, mais une ou deux pourraient tenter de se faire ramener chez vous.

Vous pouvez prendre certaines mesures avant de quitter l'hôtel et une fois que vous êtes rentré(e) chez vous pour protéger votre domicile:

- Ne mettez aucun article dans votre valise qui ne pourrait pas aller dans un sèche-linge à chaud.
- Quand vous voyagez, ne posez pas votre sac et votre valise sur le lit. Utilisez le porte-bagages, s'il est propre, ou un sol sans moquette pour poser vos bagages. Parfois, le sol de la salle de bains ou le dessus d'une commode est une bonne solution.



- À votre retour chez vous, ne défaites pas votre valise dans votre chambre. Lavez et séchez tous les effets que vous aviez emportés. C'est la chaleur d'un sèche-linge à chaud qui tue les punaises de lit à tous les stades de leur développement. Il faut inspecter très soigneusement tous les articles qui ne peuvent pas aller au sèche-linge.
- Si vous ne pouvez pas prendre ces mesures immédiatement, vous devrez isoler votre valise de la maison afin d'éviter que les punaises de lit qui se cachent dans votre valise trouvent une nouvelle cachette. Ainsi, vous pouvez placer immédiatement vos effets dans un sac en plastique fermé hermétiquement.
- Si vous vivez dans un appartement, le meilleur endroit pour défaire votre valise est probablement la baignoire. L'une des raisons pour cela est le fait qu'il est facile de voir les punaises de lit sur un fond blanc et qu'elles n'aiment pas grimper sur des surfaces lisses. Si vous devez ranger votre valise dans l'armoire de votre chambre, enfermez-la dans un grand sac en plastique fermé hermétiquement.

Si vous introduisez une ou deux punaises de lit dans votre domicile, il faudra attendre un mois ou plus avant que vous ne le remarquiez. Portez attention à certains signes de la présence de punaises de lit quand vous faites votre ménage régulier. Il est probablement judicieux d'inspecter votre lit pour rechercher la présence de punaises de lit chaque fois que vous changez les draps, dans le cadre d'un contrôle régulier. Si nous adoptions tous ces méthodes, les punaises de lit auraient du mal à trouver un endroit où nicher.

Rappel

(Remember)

- Bien que les punaises de lit soient déplorables, il n'a pas été démontré qu'elles sont porteuses de maladies et par conséquent, elles ne vous rendront pas malade.
- Si vous avez une réaction allergique à une piqûre éventuelle de punaise de lit, traitez les symptômes et consultez votre médecin si vous pensez que c'est nécessaire.
- Prenez des précautions à votre retour chez vous, juste au cas où.

Détendez-vous et profitez de vos vacances!

Pour en savoir plus, contactez le Bureau de l'environnement et de la santé le plus proche de votre domicile:

- Calgary: (403) 943-2295
- Lethbridge: (403) 388-6689
- Edmonton: (780) 735-1800
- Red Deer: (403) 356-6366
- Grande Prairie: (780) 513-7517

Pour obtenir des conseils médicaux et autres informations médicales 24 heures sur 24, appeler Health Link au 811.

Last Revised: March 15, 2018

Author: Environmental Health, Alberta Health Services

Ce document vous est présenté uniquement à titre d'information. Il ne doit pas être substitué aux avis, instructions et/ou traitements médicaux. Si vous avez des questions, parlez à votre médecin ou un professionnel de santé approprié.