



Comment détecter la présence de punaises de lit? (How do I inspect for bed bugs?)

Si vous pensez que vous avez des punaises de lit, vous devez procéder à une inspection minutieuse pour confirmer leur présence et l'étendue de la prolifération. Commencez près de l'endroit où vous dormez. Éloignez-vous jusqu'à ce que vous ne constatiez plus aucun signe de la présence de punaises de lit.

Rassemblez les outils suivants afin de détecter et de nettoyer les punaises de lit au fur et à mesure de votre progression :

- Une **lampe de poche** pour regarder dans les coins et recoins sombres et sur les surfaces de couleur sombre. Parfois, la lumière surprend les punaises de lit. Elles arrêtent de bouger pendant quelques minutes, puis elles se déplacent rapidement pour s'éloigner de la lumière.
- Une **loupe** pour les voir plus facilement et confirmer qu'il s'agit de punaises de lit.
- Un **outil étroit** comme une vieille carte de crédit ou un couteau à mastic fin afin de forcer les punaises de lit à sortir des fissures et des interstices.
- Des **sacs en plastique** pour capturer et éliminer les punaises de lit que vous pourriez trouver.
- Des **essuie-tout** pour nettoyer et écraser les punaises de lit.
- Un **aspirateur muni d'un suceur plat** afin d'aspirer les punaises de lit au fur et à mesure.
- Un **seau d'eau savonneuse et une éponge** pour nettoyer les signes de la présence des punaises de lit (comme les taches brunes ou rouges sur un matelas). Ce sera ainsi plus facile de voir les nouveaux signes de la présence de punaises de lit.

Vérifiez particulièrement dans les endroits suivants et tout autre endroit où pourrait se nicher une punaise de lit :

- **Lits** : Vérifiez le long des coutures, entre le matelas et le sommier et sur tous les côtés du cadre de lit, y compris en-dessous et derrière la tête de lit.
- **Autre mobilier de la chambre** : Le long des glissières des tiroirs, sous les tiroirs, dans tous les interstices, les fissures et les joints entre les pièces des meubles.
- **Chambre** : Vérifiez le long des plinthes et le long de toutes les garnitures autour des murs et des portes. Vérifiez derrière les cadres ou tout autre objet suspendu au mur, y compris les fissures dans les plaques de plâtre et sous le papier peint décollé.
- Vérifiez dans et sous des objets plus petits, comme les livres, les horloges, les jouets et tout autre article de petite taille dans la pièce.

Passez à la pièce suivante et répétez l'opération.

Une fois l'inspection et le nettoyage terminés, vous aurez une bonne idée de l'étendue de l'infestation des punaises de lit.

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

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

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.