



## Comment traiter une infestation de punaises de lit? (How do I treat a bed bug infestation?)

### Traitement

(Treatment)

Il n'est pas facile de gérer une infestation de punaises de lit. Il faut faire plusieurs choses en même temps :

1. Faites traiter la zone concernée par un opérateur à la lutte antiparasitaire (PCO).
2. Désencombrez : autrement dit, jetez tout ce qui n'est plus nécessaire. Ne jetez pas vos meubles avant d'avoir parlé à l'opérateur à la lutte antiparasitaire. Il saura vous dire quels éléments peuvent être traités et ceux qui ne peuvent pas l'être.
3. Nettoyez : utilisez un aspirateur et le suceur plat pour aspirer tous les endroits possibles où pourraient se nicher les punaises de lit.
4. Lavez : lavez au mieux les signes de la présence de punaises de lit. Il sera ainsi plus facile de voir les nouveaux signes de leur présence lors de votre inspection suivante.
5. Sèche-linge : la chaleur d'un sèche-linge chaud exterme les punaises de lit à tous les stades de leur développement.
6. Isolez : une fois que les articles sont débarrassés des punaises de lit, isolez-les des punaises de lit encore présentes chez vous.
7. Traitez votre chambre :
  - Éliminez les punaises de lit de votre lit.
    - Retirez le volant de lit pour éviter que les punaises de lit l'utilisent pour grimper.
    - Passez l'aspirateur sur toutes les parties de votre lit. Il s'agit de toutes les surfaces du matelas et du sommier, du cadre de lit, y compris le dessous, la tête de lit et la partie arrière de celle-ci.
    - Tuez les punaises de lit nichées dans les draps, les couvertures, le dessus de lit et les oreillers en les lavant et en les traitant à la chaleur dans un sèche-linge chaud pendant 30 minutes. Ne chargez pas trop le sèche-linge, sinon vos articles n'atteindront pas la température souhaitée.
  - Protégez votre lit.
    - Recouvrez le matelas et le sommier. Pour cela, utilisez une housse spéciale, dotée de six côtés et fermée par une fermeture à glissière. Son emballage doit porter la mention « Anti punaises de lit ». Une fois le matelas recouvert, n'ouvrez pas la housse pendant au moins 1 an. Vous pouvez également utiliser la housse comme housse de matelas et la laisser en place. Les punaises de lit ne rongent pas, donc une fois que la housse est en place, les punaises de lit qui sont piégées à l'intérieur mourront et aucune autre punaise ne pourra y pénétrer. Ces housses n'ont pas de coutures ou de garniture sur l'extérieur, où pourraient se nicher des punaises de lit.



- Pièges pour votre lit
  - Un piège est une sorte de récipient en plastique épais, lisse et brillant. Il est doté d'un orifice en son centre, où est placé le pied du lit, et d'un rebord autour de cet orifice. Les punaises tentant de grimper sur le bord extérieur du piège sont interceptées.
  - Les pièges exploitent le fait que les punaises de lit n'aiment pas ramper sur des surfaces lisses et brillantes ou collantes.
  - Vous pouvez les acheter auprès de sociétés spécialisées dans la lutte antiparasitaire.
  - Vous pouvez également confectionner votre propre piège :
    - en enroulant un ruban adhésif double face autour des pieds de votre lit
    - en recouvrant les pieds du lit de gelée de pétrole
    - en plaçant des récipients aux parois lisses (par ex., un pot de margarine, un bocal en verre) sous les pieds du lit avec une substance au fond pour piéger les punaises de lit (de l'huile végétale, du talc ou de la gelée de pétrole devraient tous fonctionner)
  - Ne placez pas de substance toxique au fond du piège. Les poudres insecticides fonctionnent bien pour exterminer les punaises de lit, toutefois elles peuvent causer des problèmes respiratoires, surtout si vous y êtes exposé(e) pendant une longue période.
- Isolez votre lit
  - Éloignez votre lit du mur d'au moins 15 cm (6 pouces).
  - Ne rangez aucun article sur le lit.
- Continuez à protéger votre lit
  - Ne posez aucun article sur votre lit. Il ne faut pas poser sur le lit un sac, un manteau ou tout autre article où pourrait se nicher une punaise de lit.
  - Traitez à la chaleur toute la literie au moins une fois par semaine jusqu'à ce que toutes les punaises aient disparu.
  - Inspectez votre lit au moins une fois par semaine pour détecter les signes d'une présence éventuelle de punaises de lit. Passez l'aspirateur sur le lit et le cadre de lit au moins une fois par semaine.

Vous devrez procéder à un nettoyage et à une inspection au moins une fois par semaine jusqu'à ce que vous soyez certain(e) que les punaises de lit ont été éliminées. Cela peut prendre plusieurs semaines, en fonction de la gravité de l'infestation et, dans un bâtiment où habitent plusieurs familles, cela dépendra de la coopération de chaque foyer.

### Quelles mesures de contrôle chimique peut-on utiliser?

(What are some chemical control measures?)

Il est préférable de faire appel à un opérateur à la lutte antiparasitaire pour un traitement chimique. Il devrait vous donner des informations écrites vous précisant la date du traitement, les substances chimiques qui seront utilisées, combien de temps vous devrez vous absenter de chez vous et les préparatifs que vous devrez effectuer. Il doit également vous préciser le nettoyage à réaliser après son passage. Demandez à votre propriétaire si vous n'avez pas reçu d'information.



Il doit y avoir des informations sur les précautions à prendre pour les personnes sensibles à l'odeur des produits chimiques. Il est conseillé de consulter votre médecin si vous êtes inquiet (inquiète) par rapport à des membres de votre foyer qui sont en mauvaise santé ou qui sont particulièrement sensibles, comme des nourrissons, des personnes âgées ou celles dont le système immunitaire est affaibli.

Les propriétaires qui veulent faire eux-mêmes le traitement chimique doivent savoir que si les pesticides ne sont pas utilisés correctement, ils risquent de tomber malades. Utilisez tous les produits chimiques correctement. Pour cela, vous devez suivre les consignes sur l'étiquette et poser des questions si vous ne comprenez pas les consignes.

Si les pesticides ne sont pas utilisés correctement, les punaises de lit risquent simplement de s'éloigner de l'insecticide. Elles peuvent se déplacer vers de nouvelles zones pour y échapper. Certains produits chimiques homologués pour un usage dans la lutte contre les punaises de lit ne peuvent être achetés que par un opérateur à la lutte antiparasitaire.

En Alberta, l'usage de pesticides dans les habitations est régi par la *Environmental Protection and Enhancement Act* et des réglementations. Au Canada, l'usage des pesticides est homologué par Santé Canada.

## Traitement thermique

(Heat treatment)

Le traitement thermique est un processus spécialisé. Il faut posséder un matériel spécifique et savoir comment traiter les pièces où sont présentes des punaises de lit à une température suffisamment élevée. Si la température de la pièce n'est pas suffisante, les punaises de lit risquent de s'échapper vers une autre zone, plus fraîche. Le traitement thermique ne remplace pas le désencombrement, le nettoyage et la surveillance régulière.

## Chiens détecteurs de punaises de lit

(Bed bug dogs)

En Alberta, plusieurs chiens sont dressés pour rechercher les punaises de lit. Vous devrez réaliser certains préparatifs avant l'arrivée du chien. Ces chiens peuvent trouver les punaises de lit beaucoup plus rapidement qu'un professionnel. Le chien et son maître travaillent en équipe pour détecter les punaises de lit. Le chien doit être dressé et certifié.

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.

**Current as of:** March 15, 2018

**Author:** Environmental Public 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.