

# Débarrassons-nous des punaises !

## Notions de base sur les punaises de lit

- Les punaises de lit sont de petits insectes faisant environ la taille d'un pépin de pomme. Les punaises adultes sont plates, de forme ovale et de couleur rouge-brune. Les jeunes punaises peuvent être de très petite taille et difficiles à voir.
- Les punaises de lit se nourrissent de sang humain et peuvent vivre un an sans manger.
- Elles se cachent généralement pendant la journée, à proximité des endroits où les humains se reposent ou dorment, puis sortent la nuit pour se nourrir. Elles ne vivent pas sur le corps humain.
- Chez certaines personnes, les morsures des punaises de lit ne provoquent aucune réaction.
- La plupart du temps, les punaises de lit se trouvent dans un rayon de 2,5 mètres d'un lieu de repos. Au fur et à mesure que l'infestation se développe, les punaises se répandent dans l'habitation. Les punaises de lit peuvent se trouver dans les endroits suivants :
  - dans les matelas, les sommiers, les cadres de lit et les draps ;
  - dans les fissures des meubles ;
  - sous du papier peint écaillé ;
  - derrière des tableaux et horloges ;
  - dans les rideaux ;
  - dans les fissures du parquet ;
  - sous la moquette ;
  - derrière les prises électriques et les interrupteurs.

Pour plus d'informations, contactez la ligne de renseignements sur les punaises de lit au 612-624-2200 ou 1-855-644-2200, envoyez un message à l'adresse [bedbugs@umn.edu](mailto:bedbugs@umn.edu) ou consultez le site [www.bedbugs.umn.edu](http://www.bedbugs.umn.edu).

## Passer l'aspirateur pour éliminer les punaises de lit – version française

Les aspirateurs peuvent être utiles pour réduire le nombre de punaises de lit dans certains endroits, surtout lorsqu'il y a un groupe ou un tas de punaises. Cette méthode n'est pas efficace à 100 %, mais elle aide à capturer des punaises de lit. Voici des conseils à suivre pour vous assurer de capturer le plus de punaises de lit possible et pour ne pas développer l'infestation.

- Assurez-vous que l'aspiration est au réglage le plus fort. Utilisez l'aspirateur avec un embout plat car les punaises de lit peuvent s'accrocher au tissu et se glisser dans les fissures.
- Concentrez-vous sur ces zones-là.
- N'appuyez pas l'embout trop fort sur le tissu. Si vous appuyez trop fort, vous pouvez éjecter les punaises et les œufs de la surface au lieu de les aspirer.
- Les punaises de lit peuvent rester vivantes même après avoir été aspirées. Il est donc important de retirer les punaises de l'aspirateur une fois que vous avez terminé, afin qu'elles ne s'échappent pas.
- Une fois que vous avez terminé, retirez le sac de l'aspirateur et fermez-le avec du ruban adhésif. Ensuite, placez le sac de l'aspirateur dans un sac en plastique et fermez également ce dernier de manière hermétique. Vous pouvez ensuite le jeter à la poubelle.
- Si l'aspirateur ne comporte pas de sac, videz et jetez son contenu dans un sac plastique, puis fermez ce dernier hermétiquement. Nettoyez le récipient amovible avec de l'eau chaude savonneuse pour vous assurer de tuer toutes les punaises de lit qui pourraient être restées à l'intérieur. Le récipient contient généralement un filtre. Vous devez le laver, le congeler ou le jeter et le remplacer par un filtre neuf. N'UTILISEZ PAS d'eau sur les composants électriques de l'aspirateur.
- Si vous voulez passer l'aspirateur à un autre emplacement pour éliminer d'autres punaises de lit, placez du ruban adhésif sur l'embout pour empêcher les punaises de s'échapper. À la fin de la journée, jetez le contenu de l'aspirateur.
- Pour éliminer une infestation, vous devrez passer l'aspirateur plusieurs fois. N'oubliez pas les emplacements où vous avez trouvé des punaises de lit et repassez l'aspirateur à ces endroits-là. Les œufs sont collés aux surfaces et sont donc très difficiles à retirer. Les punaises adultes se regroupent dans les zones précédemment infestées. Le fait de vérifier et de passer à nouveau l'aspirateur à ces endroits-là contribue à réduire le nombre de punaises de lit dans votre habitation.
- Utilisez d'autres méthodes non chimiques, telles que le lavage, la chaleur ou le froid en plus de l'aspirateur pour éliminer les punaises de lit. Cela aide à réduire le travail d'aspiration nécessaire et améliore le contrôle de la situation.
- Faites en sorte que votre habitation soit aussi simple que possible. Les punaises de lit aiment se cacher ; plus vous avez de meubles et d'objets, plus elles auront d'endroits où se cacher.
- Conservez les éléments non infestés dans des sacs plastiques afin de réduire le nombre d'endroits où vous devez repasser l'aspirateur.



French Editing Date: April 2016

Écrit par Amelia Shindelar et Dr. Stephen Kells, 2011

Mise à jour le 15 mai 2015



Financement de la campagne "Let's Beat the Bug" (Débarrassons-nous des punaises) organisée par l'agence de protection environnementale des États-Unis et le département de l'agriculture du Minnesota. L'assistance du département de la Santé du Minnesota a été très précieuse.

Conformément à la loi américaine en faveur des personnes handicapées, ces informations sont disponibles sous plusieurs formes. Pour y avoir accès, appelez le 651-201-6000. Les utilisateurs de téléscripteurs peuvent appeler le service relais du Minnesota au 711 ou 1-800-627-3529.

