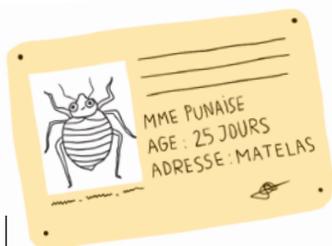


Office Public
Plaine
Commune
Habitat



SE DEBARRASSER DES PUNAISES DE LIT

DÈS QUE VOUS EN DÉTECTEZ IL FAUT AGIR VITE.



Insectes de 5 à 7 millimètres à l'âge adulte (taille d'un pépin de pomme), leur corps leur permet de se faufiler dans des espaces très réduits. Ils avaient disparu et font leur grand retour dans les villes.

Où les trouve t-on ? Dans les meubles, les lits, les armoires. Les punaises ne vivent pas sur l'homme et leur présence n'est pas un signe de manque de propreté.

Mode opératoire : attirées par la chaleur, le CO₂, les vibrations, elles se nourrissent du sang humain toutes les 3 à 7 nuits. Les plus âgées peuvent jeûner pendant un an.

Reproduction : elles se reproduisent tout au long de l'année. Une femelle pond environ 5 à 15 œufs par jour qui mettent 10 jours à éclore et 2 à 4 mois pour atteindre la taille adulte.



COMMENT LUTTER CONTRE LES PUNAISES ?

Si vous trouvez des punaises de lit, il faut agir vite, en les éliminant et en traitant votre logement dont vous êtes tenu d'assurer le bon entretien en tant que locataire*. Pour plus d'efficacité, Plaine Commune Habitat a décidé de vous accompagner dans la lutte contre ces nuisibles. Aussi, en parallèle de l'indispensable respect des instructions ci-dessous, il est important que vous en parliez à votre gardien.

* Loi du 6 juillet 1989, article 7 sur la prise en charge de l'entretien courant du logement qui est de la responsabilité du locataire.

COMMENT AGISSENT LES PUNAISES ?

La punaise pique, et de préférence les humains. Certaines personnes n'ont aucune réaction. Mais chez d'autres personnes **les piqûres peuvent prendre l'apparence de bosses, accompagnées de fortes démangeaisons**. Les piqûres ne sont pas dangereuses et ne transmettent pas de maladies. En revanche les démangeaisons peuvent se révéler très pénibles.

Les punaises piquent la nuit, à l'insu du dormeur, alors qu'elles se cachent le jour, de préférence à proximité des couchages. Mais **elles peuvent se propager rapidement**, par le contact (de tissus, d'objets...) de la chambre au salon et jusque chez les voisins (dans le cas de visites ou d'échanges d'objets infestés). D'où l'importance d'être réactifs.

COMMENT DÉTECTER LES PUNAISES ?

Inspectez régulièrement votre literie, et en cas de suspicion vos meubles et vos plinthes, avec l'aide éventuelle d'une lampe de poche, d'un sèche cheveu ou d'un couteau à fine lame pour les extraire des endroits cachés et des fissures.

ÉTAPE 1

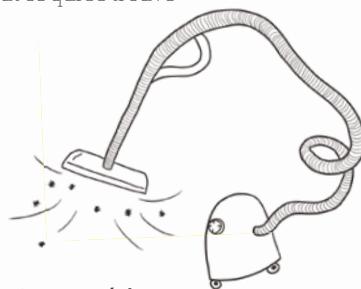
L'ÉLIMINATION PHYSIQUE

◆ Ramassez les objets qui traînent et débarrassez-vous des objets infectés. Attention : ne pas déposer ces objets ou mobiliers infectés sur la voie publique mais les amener à la déchetterie.

◆ **Passez tous les jours l'aspirateur sur votre matelas, votre canapé, et tout ce qui se trouve autour.** Après l'aspiration jetez le sac de l'appareil dans un sachet bien scellé.

◆ Lavez vos vêtements, draps, couvertures, oreillers à une **température supérieure à 60°C** et en lavant séparément ceux qui sont infectés ou que vous soupçonnez l'être.

◆ Nettoyez les plinthes, contours de portes et de fenêtres et prises. **Attention : avant ce nettoyage, faites disjoncter l'électricité de votre logement.**



◆ Isolez et congelez (à -20°C) les objets, tissus qui ne peuvent être lavés.

◆ Passez à la vapeur les tissus et voilages qui se trouvent dans votre logement.

◆ **N'abandonnez pas les objets infestés sur le palier, au sein de votre immeuble, ni même sur la voie publique**, cela risquerait d'infecter les parties communes ou d'autres logements, et risquerait de faire revenir les punaises dans votre logement. Si vous devez jeter des choses, déposez les dans les containers poubelles, **dans des sacs hermétiquement bien fermés.**



ASTUCE DE PRÉVENTION ET DE TRAITEMENT

La terre de diatomée est un insecticide naturel que l'on trouve en droguerie et dont vous pouvez vous servir en saupoudrant régulièrement les endroits infectés ou susceptibles de l'être. C'est un produit naturel, bon marché, que vous pouvez utiliser régulièrement en prévention. Méfiez-vous de tout traitement ou prestation inefficace vendu onéreusement par de soi-disant commerçants ou spécialistes.

ÉTAPE 2

LES TRAITEMENTS

PCH souhaite se mobiliser à vos côtés pour lutter conjointement contre ces nuisibles et vous propose deux modes opératoires, au choix :

◆ **La mise à disposition d'un « vaporetto »** (appareil chauffant et aspirant). L'effet de la température et de la vapeur est très efficace contre les punaises. **Prenez contact avec votre gardien** afin d'en connaître les modalités de prêt. **Cet appareil vous sera remis contre une caution. Il doit être restitué en parfait état de propreté et de fonctionnement.**

◆ Une autre solution : **l'intervention d'un prestataire**. Plaine Commune Habitat peut vous en proposer un, à votre charge. Il réalisera le traitement qui lui semble le plus approprié (un traitement chimique ou thermique). Bien évidemment, dans ce cas, il faudra respecter le protocole d'intervention remis par le prestataire et se tenir à disposition lors des rendez-vous fixés.

MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE GUÉRIR

Même les logements les plus propres peuvent avoir des punaises de lit, mais une inspection et un nettoyage réguliers peuvent aider à prévenir une infestation.

Afin d'empêcher les punaises de venir chez vous :

- ◆ Évitez de rapporter chez vous du mobilier ou des meubles (et surtout de la literie) ou des objets électroniques déposés dans la rue.
- ◆ Inspectez vos bagages et leur contenu lorsque vous revenez de voyage et, si possible, passez vos sacs de voyage à la machine à laver à votre retour.
- ◆ Inspectez les meubles ou les vêtements d'occasion avant de les acheter.
- ◆ Faites de l'ordre.
- ◆ Passez l'aspirateur sur votre matelas fréquemment. Les punaises de lit ne volent pas, alors assurez-vous que votre lit est éloigné du mur et qu'aucun drap ne touche le sol.



CONTACTS

Si vous détectez ou avez un doute sur la présence de punaises de lit chez vous, informez en votre gardien.

• D'INFOS ameli-sante.fr/punaises-de-lit/

Office Public
Plaine
Commune
Habitat



www.oph-plainecommunehabitat.fr

 Plaine Commune Habitat