



## Foire aux questions Punaises de lit, de la prévention au contrôle

Cette foire aux questions est issue des réponses de Jean-Michel Bérenger et de Fernand Sanchez à la suite des questions posées par les participants pendant les quatre webinaires en ligne, des 27 octobre & 8 décembre 2020 et des 1<sup>er</sup> & 22 juin 2021.

<http://www.cres-paca.org/a/1066/un-webinaire-sur-les-punaises-de-lit-2021/>

### Sommaire

Présentation et cycle de la punaise de lit .....	7
Impacts sur la santé.....	7
Diagnostic et traitements contre les punaises de lit .....	8
Politiques publiques .....	13
Prévention .....	14
Formation / Autre .....	16

## Présentation et cycle de la punaise de lit

### Comment distinguer punaises, puces et autres insectes qui piquent durant le sommeil ?

Les réponses aux questions circonstancielles, comme la présence d'animaux de compagnie, permettent de poser un diagnostic en faveur de piqûres par les puces. Contrairement aux punaises, les puces ne se cachent pas et on les voit sauter, particulièrement sur les draps blancs. La larve de la puce vit au niveau du sol mais elle ne pique pas, c'est une biologie très différente de celle de la punaise de lit. Les piqûres des puces et des punaises de lit se ressemblent puisqu'elles sont généralement alignées par trois. Les piqûres de puces sont généralement au niveau des chevilles. Pour ce qui est des autres types de piqûres dans un lit, ce sont généralement des punaises de lit. Si les piqûres sont au niveau des épaules il peut s'agir de piqûres de poux de tête. Pour les araignées, on voit bien avant l'œdème les deux trous caractéristiques des crochets avec lesquels elles mordent. Elles ne mordent d'ailleurs qu'une fois.

### Peut-on se faire piquer et ne jamais voir ces punaises de lit ?

C'est le problème effectivement, d'où l'intérêt des chiens qui détectent précisément les punaises et leurs œufs. Il y a des cas où les punaises sont cachées dans la double cloison des appartements rénovés en BA13 ou les faux-plafonds. Dans ce cas le traitement chimique ne fonctionne pas toujours et elles reviennent piquer.

C'est également le cas pour les prises et interrupteurs électriques, les goulottes électriques où les boîtes d'encastrement peuvent servir de cache ou de nid aux punaises de lit.

### Le phénomène de diapause des punaises de lit est-il dû à la saison ou à la détection de CO<sub>2</sub> ?

La diapause consiste pour la punaise à ralentir sa biologie quand elle ne détecte plus de sang dans son environnement. Elle va alors se tapir dans sa cachette, ralentir son métabolisme, puis ne plus bouger. Elle peut rester comme cela très longtemps. Lorsqu'elle détectera de la chaleur et du CO<sub>2</sub> elle réactivera son métabolisme. Il n'y a pas de saison pour les punaises de lit, étant donné qu'elles vivent chez nous et que l'hiver nous mettons du chauffage. La diapause est engendrée quand on quitte le logement pendant quelques jours ou quelques mois. Sachant que si vous avez des animaux, elles peuvent aussi se nourrir de leur sang. Elles peuvent en effet piquer un chien ou un chat sans problème, mais elles préféreront toujours piquer l'humain.

### La punaise de lit a-t-elle un prédateur naturel ?

Il n'y a pas de prédateur dans une maison a priori. Mais les toiles d'araignées peuvent constituer des pièges pour les punaises de lit. Les réduves et le mille-pattes nommé la scutigère, sont aussi des prédateurs naturels, mais ils n'ont pas vraiment leur place dans une maison.

## Impacts sur la santé

### Les punaises de lit peuvent-elles être un vecteur de maladie ?

En l'état actuel des connaissances, les piqûres de punaises de lit ne présentent pas de risque de transmission vectorielle d'agents infectieux.

Il a été démontré en laboratoire qu'elles peuvent conserver des bactéries comme la Bartonella ou la Borrelia dans leur intestin et les rejeter vivantes dans leurs déjections. Il peut donc y avoir un jour un risque c'est pourquoi les punaises de lit sont sous surveillance, notamment avec certaines vagues de migration qui peuvent être sujets aux poux de corps. Ces derniers peuvent être porteurs de la Borrelia, puis la transmettre aux punaises de lit. Il pourrait donc s'agir de vecteurs secondaires. Pour l'heure, cette transmission n'a jamais été observée malgré les centaines de milliers de personnes

piquées chaque jour dans le monde et aucune épidémie n'a été observée. Mais le brassage et la paupérisation des populations doit conduire à une surveillance.

### **Est-ce pour cette raison que les punaises de lit ne sont actuellement pas considérées comme étant un problème de santé publique ?**

C'était peut-être le cas il y a quelques années lorsque leur présence était relativement sporadique. Avec leur recrudescence, favorisée par les voyages et le tourisme, leur impact sur la santé est de mieux en mieux appréhendé et pris en considération par les pouvoirs publics et les acteurs de terrain concernés. L'étude « PULI : consultations liées aux punaises de lit en médecine générale » du réseau sentinelle de l'INSERM, financée par la Direction Générale de la Santé, dont les résultats ont été publiés en juillet 2020, a permis pour la première fois d'objectiver cet impact. Cette étude va permettre de renforcer les actions permettant de se prémunir de leur infestation.

### **À quand le classement de la punaise de lit en insecte nuisible et portant atteinte à la santé de l'homme ?**

Elles sont déjà classées en tant que nuisible puisqu'elles entraînent des conséquences dans une maison, aussi bien économiques que sociales et sur la santé, particulièrement la santé psychologique. C'est donc un insecte qui pourrait être classé comme portant atteinte à la santé. Mais ce n'est pas facilement admis car on considère généralement que ce qui porte atteinte à la santé doit transmettre une maladie, ce qui n'est pas le cas a priori. Le Gouvernement et le Ministère du logement travaillent sur le sujet de l'impact sur la santé mentale ; un rapport allant dans ce sens vient d'être rendu au ministère. (cf. RACON-BOUZON Cathy, [La punaise de lit. Un fléau à l'ombre des politiques publiques. Ça pique ! Prévenir et agir ensemble pour ne plus subir](#), Premier ministre, Ministère de la transition écologique et solidaire, 2020-10, 100 p.)

### **Peut-on développer une allergie aux punaises de lit à la suite de nombreuses piqûres ?**

2 cas de figure se présentent selon les personnes :

- Soit on s'immunise ;
- Soit on peut développer des réactions de plus en plus exacerbées comme des réactions bulleuses.

## **Diagnostic et traitements contre les punaises de lit**

### **Les chats peuvent-ils ramener des punaises de lit à la maison ?**

Non, ils ne le peuvent pas. La punaise de lit n'est pas un insecte qui vit sur son hôte, contrairement au pou de corps ou à la puce. Elle vient sur nous uniquement pour se nourrir. De plus, la punaise de lit n'aime pas trop les poils, elle ne pique d'ailleurs jamais au niveau de la tête, là où il y a les cheveux. Un chat ne va pas donc pas transporter sur lui des punaises mais il peut se faire piquer dans le logement.

### **Les punaises de lit sont-elles présentes sur les plages ?**

La punaise de lit est un insecte domestiqué, elle n'est donc ni présente dans le jardin ni à la plage. La punaise de lit a besoin d'être quasiment au contact de l'humain, elle ne survivra pas en extérieur. À la plage il n'y a donc pas de risque, mis à part si éventuellement votre serviette est en contact avec le sac d'une personne dont le logement est infesté, ou sur un matelas de plage de location très éventuellement.

## **Les punaises de lit ont-elles d'autres supports de prédilection que les matelas, le bois aggloméré, les fermetures et les prises ?**

La tapisserie qui se décolle, les écailles de peinture... Tous les endroits confinés où elles peuvent se cacher. Elles n'aiment pas les surfaces lisses. Dans les foyers où il y a énormément de passage, comme ceux qui reçoivent des étudiants ou des migrants, il faut adapter le mobilier. Par exemple, il s'agit de choisir des lits métalliques, avec un minimum de surface et des sommiers à ressorts, des matelas simples avec une housse. Ce sont des exemples de moyens de prévention pour s'en protéger, car elles vont avoir plus de mal à s'installer et quand cela sera le cas, elles seront visibles plus facilement car elles n'auront pas d'endroits pour se cacher. Des sociétés distribuent aujourd'hui des sommiers totalement adaptés à ces endroits de passage. Il s'agit de blocs de résine n'ayant aucune cachette pour les punaises de lit. Ils se traitent donc facilement car les punaises sont très faciles à atteindre.

## **Quels sont les moyens de lutte les moins nocifs pour la santé des occupants ?**

Ce sont ceux de la lutte physique : détection, avec des chiens éventuellement, puis aspiration et vapeur et éventuellement terre de Diatomée. C'est un traitement efficace, qui peut être renouvelé car il n'est pas toxique. L'aspiration, la vapeur, le lavage du linge, peuvent être faits et refaits, il n'y a pas de risque. Ces moyens peuvent permettre de s'en sortir seul. Lors de ce traitement, il est possible de protéger les vêtements de celui qui traite avec une surblouse, si celui-ci craint que les punaises soient projetées sur ses vêtements. Cependant, s'il s'agit d'une infestation importante, le recours au chimique est incontournable car toutes les punaises ne peuvent pas être éliminées dans ce cas avec les moyens physiques.

## **Quels conseils donner contre les punaises de lit aux familles modestes qui n'ont pas les moyens de faire appel à une société ou d'investir dans un appareil à vapeur ?**

Utiliser l'aspirateur correctement permet d'éliminer environ 80 % de la population de punaises de lit. Le nettoie-vapeur est aussi important dans cette lutte. Il faut s'en faire prêter un ou en louer un. Ce ne sont pas des outils très coûteux et il n'y a pas besoin de choisir du haut de gamme, dès 100 € ils sont efficaces. Certaines associations mettent à disposition ces appareils.

Il faut aussi protéger le matelas de façon efficace (cf. démonstration dans le webinaire). En effet, tout le monde n'a pas les moyens de racheter un matelas ou une housse de protection. La solution se trouve dans un gros rouleau de plastique à moins de 10 €. Avec des moyens peu coûteux, on peut lutter efficacement contre la punaise de lit. Mais il faut bien sûr la connaître et la reconnaître. Il faut aussi avoir la volonté de lutter seul contre elle. Avant la dernière guerre, il n'y avait pas d'insecticides et les gens traitaient par eux-mêmes les problèmes de punaises de lit. Aujourd'hui, le problème vient de situations où les gens n'agissent pas contre sa présence, ce qui lui permet de proliférer... Il faut donc ensuite aider ces personnes pour endiguer le problème.

## **Qu'en est-il de la vapeur sèche pour lutter contre les punaises de lit ?**

La vapeur sèche étant de la chaleur, c'est un traitement qui fonctionne très bien. Il faut juste respecter les températures, sachant qu'une punaise adulte meurt à environ 48°C et les œufs à 54°C. Ce sont des sociétés spécialisées qui s'en chargent afin de bien chauffer toute l'habitation. En effet, si une zone est oubliée et reste froide, les punaises de lit vont vite s'y réfugier. L'autre solution qui fonctionne bien est la tente thermique. Tous les objets qui sont douteux, canapé, lit, matelas, vêtements sont installés sous cette tente et chauffés à 56°C pendant une heure (une marge de sécurité de 2°C est conservée). Ce traitement fonctionne très bien, mieux que le froid. Deux à trois rotations de matériel par jour peuvent être faites alors qu'il faut 2 à 3 jours pour que le froid fonctionne.

### **Peut-on utiliser la vapeur du fer à repasser ?**

Oui mais cela n'est pas pratique pour traiter la maison. Il faut être précis et garder une distance restreinte entre la buse et les punaises, car plus cette distance est grande plus la température diminue et il faut rester dans la fourchette de 70 à 100°C.

### **Comment fonctionne la terre de Diatomée et qu'elle est son utilité ?**

Elle est toujours utilisée en fin de traitement. C'est un traitement de fond qui fonctionne très longtemps. Elle est utilisée sous forme de poudre pour les endroits confinés, comme les prises électriques, les gaines... La terre de Diatomée ressemble un peu à du plâtre. Il y a aussi le dioxyde de silicium qui ressemble plus à du sucre glace et qu'il faut privilégier. Il va assécher et abraser la cuticule. Ces deux traitements fonctionnent très bien. Par contre, ils n'ont pas un effet choc, puisqu'ils fonctionnent au bout de quatre jours environ. Il faut que les punaises soient vraiment au contact du produit, donc qu'elles passent dessus et qu'elles s'en imprègnent la cuticule qui va s'assécher. La terre de Diatomée peut aussi provoquer des ruptures au niveau de l'intestin qui font éclater le contenu stomacal. Le sang qu'elles ont absorbé se diffuse alors dans tout le corps et entraîne la mort. Les punaises mortes sont alors toutes noires.

Il faut éviter de respirer la terre de Diatomée, bien que cela soit de la silice amorphe, car il y a toujours 3 à 4 % d'impureté, c'est-à-dire de la vraie silice, ce qui pose des problèmes. Ce sont des substances qui peuvent provoquer des irritations au niveau des bronches en y absorbant l'humidité, il faut donc être vigilant et toujours mettre gants et masques. Il ne faut ni en mettre partout sur le sol, là où les enfants circulent, ni sur le matelas pour qu'elle ne soit pas respirée toute la nuit.

La terre de Diatomée est à réserver aux endroits confinés où se cachent les punaises. Elle existe aussi en version spray, qui va mieux se fixer sur les supports et donc être moins volatile et susceptible d'être respirée.

### **Quelles sont les conséquences sur l'environnement et sur la santé des traitements chimiques utilisés par les professionnels ?**

Le traitement se fait dans un milieu confiné et reste limité à la maison elle-même. Les produits y sont en effet répandus. Ces produits sont toxiques à l'état liquide mais le sont beaucoup moins une fois secs. Les habitants doivent d'ailleurs quitter les lieux traités pendant une journée afin qu'ils sèchent. Ce ne sont pas des solutions à préconiser dans une maison, particulièrement s'il y a des enfants. Dans les hôpitaux de Marseille, la lutte physique est privilégiée au maximum.

Quand il faut aller plus loin, il faut opter pour les insecticides les moins toxiques et les utiliser aux bonnes dilutions. Le professionnel doit revêtir un équipement de protection avant d'utiliser ces produits.

Un annuaire des professionnels de la désinsectisation agréés (membres de la CS3D et signataires de la charte STOP PUNAISES du Ministère de la Ville et du Logement) pour des traitements anti-punaises préventifs ou curatifs efficaces et respectueux de l'environnement est accessible au lien suivant :

<https://cs3d-expertise-punaises.fr/>

### **Existe-t-il des dispositifs de traitement particuliers pour les crèches et les écoles ?**

La mairie de Marseille travaille sur des moyens de lutte naturels afin de ne pas introduire de produits chimiques dans ces environnements. Des sociétés de détection canine interviennent et les traitements sont faits à la vapeur. Une tente thermique dans une école a été utilisée après la détection par le chien. Tous les mobiliers infestés ont été traités par la tente thermique. Pendant le traitement à la chaleur du mobilier, les locaux sont traités à la vapeur. Cette méthode permet de traiter toute une école en une matinée.

### **Qu'en est-il du traitement du linge par le froid ?**

Il s'agit de traiter le linge à -20°C pendant 72 heures. C'est un traitement efficace qui peut être préconisé pour les textiles sensibles qui ne résistent pas à un lavage à 60°C, comme la laine ou le cachemire par exemple. Le froid est la seule alternative pour ces textiles.

### **Que pensez-vous de traiter le linge à l'insecticide dans un sac fermé ?**

Le problème est la résistance des punaises de lit à ces produits qui sont souvent toxiques pour l'homme. Mieux vaut traiter avec de la terre de Diatomée et bien laver le linge avant de le porter. Il est aussi possible d'utiliser le pyrèthre végétal et la terre de Diatomée qui agissent en synergie : la terre de Diatomée permet à l'insecticide de mieux entrer dans le corps et celui est donc plus efficace. Pour le matelas, il faut préférer le traitement au nettoie-vapeur qui est très efficace et sans risque.

### **Où peut-on trouver des sacs hydrosolubles ?**

Sur internet. Ils sont très pratiques car ils sécurisent le transport et la mise en machine à laver du linge infesté par les punaises de lit.

Le sac hydrosoluble permet de collecter et transporter le linge afin de le mettre directement dans la machine à laver, ce dernier se dissolvant dans l'eau. Les punaises de lit enfermées dans le sac ne peuvent donc pas s'échapper et seront détruites lors du lavage.

### **Qu'en est-il de l'étude ayant mis en avant un champignon capable de tuer les punaises de lit ?**

Ce champignon, le *Beauveria bassiana*, est connu depuis longtemps. Il est utilisé notamment en agriculture pour tuer des insectes. C'est un champignon entomopathogène. Ce champignon est déjà commercialisé aux USA, pour lutter contre les punaises de lit. La société qui le fabrique n'a pas les autorisations pour le vendre en Europe. Mais les articles scientifiques semblent montrer que c'est une solution prometteuse. Il ne s'agit toutefois pas d'une solution offrant un effet choc puisqu'il faut une dizaine de jours pour tout tuer. Cependant, le fait que sa propagation se fasse par des spores est intéressante. Les punaises ont en effet tendance à se regrouper ensemble dans des cachettes. Il suffit donc d'une punaise qui transporte des spores sur ses pattes pour communiquer le champignon à toute la population et la détruire. Ce champignon semble donc être un bon moyen de lutte pour l'avenir.

### **Les huiles essentielles peuvent-elles avoir un impact sur les punaises de lit ?**

Certaines fonctionnent comme le thymol, mais il faut qu'elles soient bien concentrées. Cependant certaines huiles essentielles ont une odeur forte et tenace dans le logement. C'est le cas par exemple d'un produit qui contient de l'huile essentielle de géraniole et qui a un effet débusquant qui fonctionne bien avec la terre de Diatomée.

Les huiles essentielles sont des molécules actives et potentiellement irritantes, il faut donc être vigilant à leur dosage et à leur inhalation.

### **Est-ce que la glace carbonique utilisée contre les rats, est aussi efficace contre les punaises et leurs œufs ?**

La glace carbonique, c'est du CO<sub>2</sub> et une température proche des -80°C, donc elle tue tout. C'est donc un traitement qui existe et qui fonctionne, certains l'utilisent d'ailleurs pour les punaises de lit. Toutefois il y a deux inconvénients : lorsque le gaz sort, il sort en pression. Il y a donc la même contrainte que pour la vapeur, c'est-à-dire qu'il faut bien aspirer avant, sans quoi les punaises de lit sont projetées dans tout le logement. D'autre part, lors de ce traitement dans une pièce pendant plusieurs minutes il y a un dégagement de CO<sub>2</sub> dans la pièce qui n'est pas sain pour la personne qui traite.

### **Comment peut-on trouver une société de détection canine ?**

Sur internet. Il faut discuter avec le prestataire pour s'assurer de son professionnalisme et de son sérieux. Par exemple, s'il annonce qu'il peut traiter une centaine d'appartements dans la journée, il n'est pas crédible. Il ne faut pas oublier que le chien est un animal, pas une machine, et qu'il a besoin de se reposer.

Si la société a plusieurs chiens c'est mieux, car une détection en double aveugle peut être effectuée : le 1<sup>er</sup> chien détecte et le 2<sup>ème</sup> intervient pour valider la 1<sup>ère</sup> détection.

Un travail est actuellement effectué pour cartographier et certifier ces sociétés.

### **Quel est le coût d'une détection canine pour un logement ?**

Ce coût dépend des sociétés, du déplacement et de la surface du logement. Il est de 300 € en prix de départ, déplacement compris. Il est important de communiquer dans les immeubles et avec ses voisins, afin de ne pas payer 300 € par appartement, mais plutôt de mutualiser les frais et d'obtenir un tarif dégressif avec le lot. Le chien a un coût supplémentaire, mais c'est un gain de temps et d'efficacité. 10 chambres ne vont pas être traitées si le chien n'a détecté une infestation que dans une. Son intervention permet aussi de traiter précisément la zone concernée. Enfin, si l'option pour une lutte physique est prise (aspiration, nettoyage vapeur, lavage du linge...), le traitement est effectué immédiatement après le passage du chien, puis après quelques minutes d'attente, le chien peut passer à nouveau pour vérifier si elle a été efficace. En une matinée le logement est traité et l'efficacité est prouvée par le chien.

### **Pouvez-vous donner des détails sur le diagnostic immobilier obligatoire de détection des punaises de lit ?**

Vous pouvez consulter le texte de la loi ELAN de novembre 2018, plus précisément [l'article 142](#), qui traite notamment particulièrement des punaises de lit. Ce texte est inscrit dans le décret décence de l'habitat. Il pose le principe que le logement doit être exempt de tout nuisible, quand vous vendez ou louez un bien. Un diagnostic immobilier doit donc être réalisé.

### **Dans le cas d'une location, la répartition des frais entre le locataire et le propriétaire est-elle envisageable ?**

Souvent dans des cas litigieux, on s'appuie sur une [loi de juillet 1989](#). Elle dit que le propriétaire paie la main d'œuvre et le locataire les produits. La loi ELAN a été publiée en novembre 2018 et prévoit que si vous voulez louer ou vendre un bien, il faut fournir le diagnostic nuisible en plus des autres diagnostics immobiliers.

### **Quelle est la meilleure approche pour intervenir dans un immeuble dans lequel plusieurs locataires subissent des infestations de punaises de lit ?**

Dans un premier temps il faut diagnostiquer et établir quel occupant en a dans l'immeuble afin de mutualiser les coûts de traitement et faire une détection précise avec les chiens. Il suffit d'une matinée pour déterminer quel appartement est infesté ou pas. Par la suite, il faut prévoir l'intervention, en mutualisant les coûts, pour traiter plusieurs appartements. La communication reste la clé. Communiquer c'est déjà commencer la lutte.

### **Qu'est-ce que la CS3D ?**

C'est la chambre syndicale Désinfection, Désinsectisation et Dératisation qui siège à Paris. Elle regroupe les adhérents désinsectiseurs. L'adhésion n'est pas obligatoire. Les adhérents bénéficient d'informations importantes auprès de ce syndicat.

## **Politiques publiques**

### **Quel est l'échelon territorial et l'institution qui a la compétence d'agir en cas d'infestation chez un particulier, dans un établissement sanitaire et dans un établissement hôtelier ?**

C'est du cas par cas car il n'y a pas d'institution désignée. C'est au bon vouloir des pouvoirs publics. Certaines mairies ont des services spécialisés, comme c'est le cas à Paris, pour intervenir à domicile à moindre coût.

### **Quelles peuvent être le rôle des collectivités dans la lutte ?**

La prévention est primordiale. Actuellement la mairie de Marseille, en partenariat avec l'ARS Paca, a un projet de création d'une maison de la punaise dans laquelle les gens pourraient se former. Une chambre serait reconstituée pour montrer où chercher les punaises et comment agir, avec notamment l'aspirateur et le nettoie-vapeur. La formation serait payante pour une somme modique de 1 ou 2€, afin d'acheter des nettoie-vapeur pour une mise à disposition aux plus modestes. Le projet est actuellement en attente.

Il y a aussi la formation de personnel d'associations pour mettre en place des protocoles et agir chez des personnes défavorisées. De même dans les foyers de personnes sans domicile fixe, pour leur montrer comment traiter et stopper l'infestation.

### **Existe-t-il des soutiens financiers pour lutter contre les punaises de lit, notamment pour les particuliers ?**

C'est au bon vouloir des pouvoirs publics locaux. Sachant que pour tout ce qui est bâtiment, c'est aux bailleurs d'intervenir. Il leur est conseillé d'agir vite, car plus ils attendent, plus cela va leur coûter cher. La punaise de lit, c'est comme un incendie, au plus tôt on intervient au mieux cela va marcher et plus simple cela sera. Plus on attend plus c'est catastrophique. Donc il faut vraiment mettre en place rapidement ces actions de lutte.

### **Les punaises de lit font-elles partie du plan régional santé environnement (PRSE) ?**

Oui, l'ARS Paca finance via le PRSE plusieurs actions de prévention contre les punaises de lit. C'est le cas par exemple de ce webinaire à destination des professionnels de santé ou encore de la formation qui est en train de se mettre en place à l'Assistance Publique - Hôpitaux de Marseille (AP-HM) à destination des établissements de santé et des établissements médico-sociaux de la région pour lutter contre la punaise de lit dans ce milieu particulier, formation théorique et surtout pratique avec des travaux pratiques en chambre d'hôpital.

### **À Marseille, le service communal d'hygiène s'implique-t-il dans la prise en charge du problème ?**

Oui, l'ancienne équipe municipale y était sensible et la nouvelle est tout à fait d'accord pour continuer dans ce sens. Toutefois, il ne faut pas oublier que les pouvoirs publics ne peuvent pas être derrière tout le monde. Il est donc essentiel de réapprendre aux gens à se débrouiller par eux-mêmes en la matière, avec les moyens simples de la lutte physique. Les pouvoirs publics pourraient intervenir aussi en tant qu'appui financier pour acheter du matériel particulièrement le nettoie-vapeur.

Si un établissement public municipal est concerné par une infestation (une école par exemple) c'est ce service qui va intervenir, faire un état des lieux et déclencher une intervention si besoin.

## **Prévention**

### **Que faire pour éviter de rapporter des punaises de lit chez soi, notamment quand on a fait un séjour dans un autre lieu d'habitation ?**

Il faut inspecter le matelas, le lit et l'état de la chambre. Le linge peut être rangé dans des housses hermétiques voire sous vide dans la valise afin de limiter le risque d'infestation.

Lorsqu'il y a des doutes et que vous avez été piqué, il faut ouvrir la valise dans la baignoire ou la douche lors de votre retour. C'est une surface blanche et lisse qui permet de bien voir les punaises s'il y en a et sur laquelle elles ont du mal à se déplacer et donc à s'enfuir. Ensuite il faut laver tout le linge contenu dans la valise à 60°C. Celui qui ne passe pas à la machine peut être congelé. Si cela n'est pas possible il faut laver et brosser dans la douche ou la baignoire. Exceptionnellement, la valise peut être traitée avec une bombe insecticide : pulvériser, refermer et laisser agir quelques heures, toujours dans la baignoire. Il faut éviter de faire rentrer les punaises de lit dans son logement.

### **Peut-on faire des traitements préventifs comme c'est le cas par exemple pour les blattes ?**

Non, ce n'est pas possible. Les blattes mangent de tout, mettre des appâts empoisonnés est donc possible. Les punaises de lit se nourrissent uniquement de sang, il n'est donc pas possible de faire des appâts. Il existe toutefois des pièges à phéromones en carton avec une partie collante. C'est un bon système pour les détecter car lorsque la punaise n'est pas encore installée elle peut être attirée par la cachette avec son odeur. En revanche, si la population est déjà installée, le piège ne sert à rien car il est en concurrence avec les cachettes existantes. Des pièges avec du CO<sub>2</sub>, de la chaleur et de l'odeur sont en cours de développement. Les meilleurs moyens sont la prévention et la formation. Dans un hôtel, il s'agit de former le personnel, particulièrement les femmes de ménage, qui vont détecter des traces de sang et de déjections et ainsi pouvoir donner l'alerte. Dans les immeubles d'habitation, il faudrait distribuer des plaquettes d'information aux habitants, pour qu'ils puissent donner l'alerte rapidement.

### **Que faire dans le cas des gîtes et refuges de randonnées, où les randonneurs transportent potentiellement les punaises de lit ?**

Il faut mettre dans chaque chambre une petite plaquette de prévention et inciter à la communication avec l'équipe du gîte. Des pièges détecteurs peuvent être posés sous chaque lit et mettre à disposition des randonneurs des sacs étanches afin qu'ils y déposent leurs sacs dedans.

Il y a encore de nombreux hôteliers qui refusent d'en parler avec leur clientèle et qui se retrouvent à gérer des problèmes de prolifération de punaises de lit. Ils craignent la réaction des clients, alors qu'ils sont en général très curieux et souhaitent s'informer sur la question.

### **Concernant les vêtements d'occasion, que faire ?**

Concernant la punaise de lit, il faut être vigilant sur tout. C'est le cas pour les livres et meubles d'occasion par exemple. Sur les vêtements d'occasion c'est plutôt rare mais il y a eu un cas au Samu Social de Marseille, à la suite du drame de la rue d'Aubagne, lors des dons de vêtements. Ce cas a incité la Ville de Marseille à acheter des tentes thermiques pour traiter les vêtements. Si un doute existe, il faut passer les vêtements au sèche-linge à 60°C pendant 20 minutes et si les textiles sont fragiles, il faut les congeler pendant 3 jours.

Tous les effets personnels qui viennent d'un domicile contaminé peuvent l'être aussi, il faut donc faire de la prévention en traitant par une quarantaine et une cryogénéisation.

### **Existe-t-il des outils de prévention, notamment en plusieurs langues ?**

Des plaquettes d'information et de prévention ont été réalisées par l'ARS. Elles sont traduites en

français, arabe, comorien, italien et anglais et sont accessibles en téléchargement et mises à la disposition des acteurs de terrain (associations, bailleurs, professionnels de santé, etc.) en version papier pour sensibiliser leurs publics : <https://www.paca.ars.sante.fr/punaises-de-lits-les-bons-gestes-adopter>

### **Est-il possible de revenir à un niveau bas de circulation de la punaise de lit si tout le monde pratique les bons gestes de prévention ?**

La surpopulation, la paupérisation et le développement du trafic international favorisent la diffusion de la punaise de lit. Maintenant que la punaise de lit est implantée, comme c'est le cas du pou de tête, il va être difficile de l'éradiquer. Il faut apprendre à vivre avec et agir rapidement dès que sa présence est détectée. La punaise de lit touche toutes les classes sociales et toutes les sortes d'établissements. Il est donc important de communiquer sur sa présence afin de mettre en place rapidement des actions d'éradication.

### **Quels sont les points essentiels sur lesquels insister lors d'une réunion de sensibilisation de la population ?**

Le premier point est de savoir identifier la punaise de lit pour agir vite. Il faut donc montrer à quoi elle ressemble pour permettre au public de l'identifier rapidement. Une femelle pond 3 à 5 œufs par jour et peut être la source d'une infestation de plus de 30 000 punaises de lit en 6 mois si rien n'est fait contre elle. L'APHM et l'Insectarium Marseille Méditerranée sont à disposition pour permettre d'identifier les punaises de lit et conseiller pour agir.

Le deuxième point est de communiquer rapidement sur la présence de punaises de lit afin d'agir de concert avec les autres (bailleur, syndic, voisin...). Puis il faut intervenir rapidement pour effectuer un diagnostic et faire une cartographie de l'immeuble pour identifier les appartements touchés et essayer de comprendre comment elles se sont diffusées dans l'immeuble. Par exemple, dans un cas, la diffusion se faisait par le chauffage collectif. Les punaises de lit allaient d'un logement à l'autre via les gaines de dilatation.

Des gestes de prévention peuvent être communiqués :

- Concernant les vêtements, si on a un doute d'infestation, il faut les mettre au sèche-linge, c'est un excellent outil pour permettre de désinsectiser rapidement les textiles.
- Pour la literie, la protéger avec une alèse intégrale qui englobe tout le matelas, en fermant la fermeture, pour qu'il soit bien protégé, afin d'éviter de jeter toute la literie en cas d'infestation. C'est une solution qui est recommandée aux hôtels, pour qu'ils protègent leur literie. Les housses sont lisses les punaises ne vont donc pas s'y installer, mis à part sur la fermeture éclair, où elles seront très visibles et donc faciles à éradiquer. Le moindre trou dans la housse constitue une porte d'entrée pour n'importe quel parasite y compris les punaises de lit. Il faut vérifier régulièrement les housses et les ouvrir pour s'assurer qu'il n'y a pas d'infestation. Ne pas utiliser de matelas de seconde main qui peut être infesté.
- Enduire sa valise (tissu + fermeture éclair) ou mallette professionnelle d'un répulsif (type anti-moustique) ainsi que de ne pas la poser directement sur le sol permet de limiter le risque dans le cas de déplacement dans un lieu infesté.

## Formation / Autre

### **Existe-t-il une formation sur la détection et la lutte contre les punaises de lit ?**

Une formation vient d'être mise en place en 2021 au sein des hôpitaux universitaires de Marseille et de Provence, avec le soutien de l'ARS Provence-Alpes-Côte d'Azur, dans le cadre d'un appel à projet. Un réseau se crée actuellement au travers de ces formations, constitué actuellement d'établissements sanitaires et médicaux sociaux principalement, qui sont exposés à ce risque environnemental.

Le calendrier des formations dans la région est accessible sur le site Internet de l'ARS :

<https://www.paca.ars.sante.fr/formation-au-reperage-et-la-lutte-contre-les-punaises-de-lit>

Une information est faite auprès des patients en délivrant des conseils et en insistant sur le fait qu'il faut communiquer sur la présence de punaises de lit. La mise en place d'actions isolées chez soi dans un logement collectif peut être inefficace si les autres logements sont touchés. L'AP-HM a défrayé la chronique il y a quelques temps, comme d'autres établissements d'ailleurs, en fermant des services entiers pour lutter contre ce phénomène. Aujourd'hui, ce n'est plus le cas, la pièce concernée est fermée très rapidement et un nettoyage consciencieux à la vapeur est effectué afin d'éradiquer 95 à 98 % des punaises de lit. Quand des infestations de grade 3 ont lieu dans l'établissement, des partenaires externes interviennent avec des chiens renifleurs pour assurer une identification précise de ces parasites. D'excellents résultats sont constatés et cette pratique a permis d'identifier que ce ne sont pas toujours les patients qui sont porteurs mais parfois le personnel qui introduit les punaises de lit à l'hôpital ou dans la structure sanitaire.

### **Comment se déroule l'arrivée d'un patient infesté lors de sa prise en charge par l'hôpital ?**

Au sein de l'AP-HM l'intégralité des cadres de proximité a été formée. Tous les sites sont équipés de congélateurs de quarantaine et un protocole à l'arrivée du patient a été mis en place. Concrètement, à l'arrivée du patient une recherche de piqûres de punaises de lit est faite. Cette identification peut même intervenir encore plus précocement, au domicile du patient. Un travail de concert avec le bataillon des marins pompiers est effectué afin que s'ils ont le moindre doute lors de leur intervention, le patient rentre dans le protocole dès son arrivée à l'hôpital : le patient est douché, équipé de vêtements à usage unique et ses effets personnels sont placés dans le congélateur de quarantaine.

Le deuxième risque d'infestation peut venir de la famille du patient lors des visites si le domicile est infesté. Dans ce cas, l'équipe médicale en concertation avec la direction de l'établissement peut prescrire une interdiction de visite ou canaliser les visites en plaçant les effets personnels et vêtements dans un congélateur en quarantaine avant la visite.