

# Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

## Déménagement et articles usagés Attention aux punaises de lit

---

**Joliette, le 22 juin 2016** – À l’approche de la période des déménagements, la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière invite les citoyens à prendre des précautions pour éviter la propagation des punaises de lit. Ces insectes minuscules peuvent se propager rapidement d’un lieu à l’autre lors d’un déménagement.

Les punaises de lit ne transmettent pas de maladies. Par contre, en plus des désagréments (démangeaisons, problèmes de peau) causés par les piqûres chez les personnes pendant leur sommeil, les punaises peuvent aussi créer de l’anxiété, du stress et compromettre la qualité de vie des gens aux prises avec une infestation.

### Comment reconnaître les punaises de lit?

La punaise de lit est un insecte brunâtre luisant, sans ailes, long de 4 à 7 mm (≈ 1/8 po) ressemblant à un pépin de pomme aplati. Elle est visible à l’œil nu, ne saute pas et ne vole pas.



Comme la punaise se nourrit de sang humain la nuit, elle vit principalement dans la chambre à coucher, dans le lit (ex. : coutures ou replis du matelas, du sommier) ou tout près. Elle fuit habituellement la lumière. Selon l’ampleur de l’infestation, on pourrait également retrouver des punaises de lit dans les fissures des planchers, des murs et du mobilier, partout où l’on retrouve une ouverture correspondant à l’épaisseur d’une carte de crédit.

### Comment les détecter?

Des indices peuvent nous avertir de la présence de punaises de lit : petites taches noires sur les draps, le matelas ou le sommier; présence de punaises de lit vivantes ou mortes, de peaux de punaises qui ont mué ou d’œufs blanchâtres de la grosseur d’une tête d’épingle dans le lit, derrière la tête de lit, la table de chevet, etc.

### Précautions à prendre avant un déménagement

- S’assurer que vos vêtements, literies et objets soient exempts de punaises et qu’ils soient placés dans des contenants ou sacs étanches avant d’être déplacés vers les nouveaux lieux;

- Garder les vêtements, literies et objets dans ces contenants ou sacs étanches jusqu'à assurance que le nouveau logis est exempt de punaises;
- Inspecter soigneusement le nouveau logis, en portant une attention particulière aux chambres. À l'aide d'une lampe de poche, vérifier les fissures, les fentes et les moulures;
- Nettoyer à fond les pièces et passer l'aspirateur partout. Après, jeter le sac ou le contenu de l'aspirateur dehors dans une poubelle fermée. Noter que l'aspirateur peut diminuer le nombre de punaises, mais ne les tue pas;
- S'assurer que le camion de déménagement et les couvertures utilisées soient exempts de punaises. S'assurer auprès de la firme de déménagement des mesures de prévention prises (ex. : nettoyage du camion et des couvertures).

#### **Que faire si le nouveau logement est infesté?**

- Aviser immédiatement le propriétaire, s'il y a des punaises de lit dans le logement. Il devra alors faire appel à un exterminateur qualifié;
- Il ne faut pas essayer de régler le problème soi-même. Les produits en vente libre nuisent au travail des exterminateurs. De plus, ces produits peuvent être très dangereux pour la santé s'ils ne sont pas utilisés selon les recommandations du fabricant;
- Si l'installation des vêtements et de la literie est faite dans le nouveau logis, il faut les traiter à la sécheuse au cycle le plus chaud pendant au moins 30 minutes. En l'absence de sécheuse ou si les textiles sont sales, ils doivent être lavés, et ce, dans la laveuse à l'eau très chaude (60 °C ou 140 °F) pour ensuite être séchés. Faire un cycle de lavage complet et s'assurer que l'eau recouvre complètement les articles;
- Mettre literie et vêtements traités dans des sacs de plastique jusqu'au moment de vous de s'en servir ou à la fin des traitements de l'exterminateur;
- Vérifier l'état des matelas, sommiers et meubles rembourrés. La plupart peuvent être traités s'ils sont infestés, mais intacts. Avant de les jeter, consultez un exterminateur certifié.

#### **Se préparer à l'arrivée de l'exterminateur :**

- Désencombrer toutes les pièces;
- Passer l'aspirateur;
- S'assurer de bien fermer le sac de l'aspirateur et le jeter aux poubelles à l'extérieur.

#### **Précautions à prendre avec les objets usagés :**

- Ne pas ramasser de matelas, de meubles ou d'objets trouvés à l'extérieur ou dans les ordures. Ils peuvent être infestés;
- Inspecter et nettoyer méticuleusement les articles d'occasion (ex. : friperies, vente-débaras) avant de les introduire dans la maison.

**Documents d'informations :**

- Portail santé mieux-être du ministère de la Santé et des Services sociaux :  
<http://sante.gouv.qc.ca/problemes-de-sante/punaises-de-lit/>
- Punaise de lit – Prévention et intervention / Dépliant du ministère de la Santé et des Services sociaux :  
<http://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-001042/>
- Vous déménagez? Attention aux punaises de lit. / Fiche sur des conseils de prévention pour tous de la Direction de santé publique de Montréal, de la Ville de Montréal et de l'Office municipal d'habitation de Montréal :  
[https://www.santemontreal.qc.ca/fileadmin/fichiers\\_portail/fichiers\\_portail/vivre\\_en\\_sante/environnement\\_sain/punaises\\_lit/Fiche\\_punaises\\_12062012.pdf](https://www.santemontreal.qc.ca/fileadmin/fichiers_portail/fichiers_portail/vivre_en_sante/environnement_sain/punaises_lit/Fiche_punaises_12062012.pdf)

-30-

**Source :** Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière

**Renseignements :** Pascale Lamy  
Adjointe au PDG – relations médias par intérim  
Centre intégré de santé et de services sociaux de Lanaudière  
Téléphone : 450 759-5333, poste 2685  
[pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca](mailto:pascale.lamy@ssss.gouv.qc.ca)