

A quoi ressemblent les punaises de lit ?



La punaise de lit (*Cimex Lectularius*) est un insecte **hématophage rampant**, visible à l'œil nu, de couleur brune, avec un corps ovale et aplati, qui adulte mesure de 4 à 5 mm de long (taille d'un pépin de pomme).

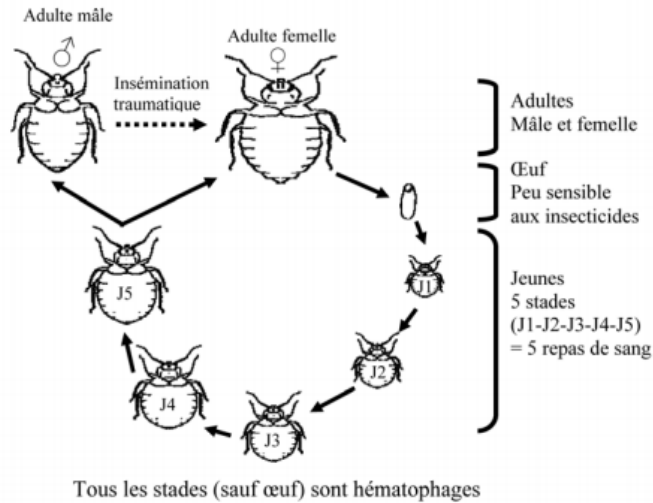
La punaise de lit se nourrit la nuit, principalement de sang humain.

Les voyages et déplacements permettent aux punaises de lit de migrer vers de nouveaux endroits par l'intermédiaire des vêtements ou des bagages.

A l'hôpital, le patient les apporte dans ses vêtements et/ou bagages.

Cycle de vie de la punaise de lit

Cycle biologique *Cimex lectularius* et *Cimex hemipterus*



Quelques données de biologie	
Durée d'un repas sanguin	10-20 mn
Temps entre 2 repas extrêmement variable (jusqu'à 2 ans)	3-15 jours
Espérance de vie d'un adulte	6-24 mois
Nombre total d'œufs pondus par une femelle adulte	200-500 œufs
Rythme de ponte d'une femelle adulte	5-15 œufs/jour
Durée du cycle de vie (œuf à œuf)	40-70 jours
Délai de ponte après fécondation	3-10 jours
Phase d'éclosion des œufs	7-15 jours
Temps entre 2 stades larvaires (repas sanguin obligatoire)	3-15 jours

Le cycle de la punaise explique les difficultés d'éradication de ce parasite.
Tous les stades dès l'éclosion sont hématophages.
 Les punaises de lit sortent **la nuit** pour se nourrir.
 Un adulte peut survivre jusqu'à 2 ans sans repas sanguin.
Les œufs sont peu sensibles aux insecticides mais tués par la chaleur > 55°C.
 Si traitement par désinsectisation, nécessité de renouvellement à J+15, en cas d'infestation massive.

Où se cachent-elles et comment les repérer ?



Où se cachent-elles ?

Leur faible taille et leur activité nocturne ne facilitent pas leur mise en évidence.

Leurs lieux de repos, de ponte et de copulation sont généralement difficiles d'accès : cordon de matelas, structure du lit, fente de bois, plinthe, prises électriques, lattes du plancher, bouts de tapisserie décollés...

Comment les repérer ?

- ❖ La présence de piqûres visibles sur la peau
- ❖ La présence de punaises et de leurs déjections : petites taches noires sur le matelas, les draps, le sommier ou les murs
- ❖ La présence de grandes et longues traces de sang sur les draps. Elles sont dues à l'écrasement des punaises lors du sommeil de la personne.

Les lésions occasionnées

A ce jour, les punaises de lit ne sont pas des vecteurs de maladies



La piqûre de punaise de lit est souvent indolore au moment même de la piqûre. Mais 1 à 2 heures plus tard apparaissent des démangeaisons et des traces rouges sur la peau comme une piqûre de moustique.

On trouve généralement de **trois à quatre piqûres souvent en rang d'oignon ou groupées au même endroit sur la peau.**

Les piqûres se localisent généralement sur les parties non couvertes des bras, des jambes et du dos.

La réaction cutanée dépend de la sensibilité de l'individu.

Le traitement est symptomatique.

Comment s'en débarrasser ?

Lutte physique :

Congélation à -20°C au minimum 48h (vêtements et petits objets fragiles)

Lavage à la machine > 55°C

Aspiration avec embout fin de l'aspirateur. Secondairement, évacuer le sac enveloppé dans les DASRI et désinsectiser l'aspirateur (poudre insecticide)

Nettoyage vapeur : détruit tous les stades de punaises au niveau des recoins ou des tissus d'ameublement

Lutte chimique :

L'utilisation massive des insecticides a entraîné l'émergence de souches résistantes.

L'intervention d'une société de désinsectisation est très onéreuse et risque de ne pas être efficace. Pour autant, en cas d'infestation massive, la lutte chimique peut être utile dans un 1^{er} temps.

Si les insecticides ne tuent pas à coup sûr les punaises, ils sont pour autant des répulsifs efficaces et peuvent être utilisés sur les surchaussures voire les pantalons.

Punaises de lit - Fiche réflexe

Tenue professionnelle : tablier UU + gants + surchaussures

Matériel nécessaire à J1: aspirateur à sac jetable + insecticide et nettoyeur vapeur

- ☛ Faire prendre une douche au patient. Lui donner des vêtements propres et l'installer dans une autre chambre
- ☛ Mettre tout le linge hospitalier dans un sac transparent à lien hydrosoluble et l'envoyer à la blanchisserie avec la notion de punaise inscrite sur le sac
- ☛ Les vêtements personnels du patient sont emballés dans des sacs transparents à lien hydrosoluble et lavés à 60°C par la famille. Les vêtements et petits objets fragiles devront être congelés à -20°C pendant 48h.

Condamner la chambre et mettre un linge imbibé d'eau de javel à 0,5% sur le pas de la porte jusqu'à réalisation du bionettoyage complet avec aspirateur et nettoyeur vapeur (cellule de prêt)

- ☛ A l'aide d'un aspirateur, aspirer toutes les surfaces (sol, placard, armoire, table de nuit...). Désinfecter l'aspirateur en aspirant la poudre insecticide puis jeter le sac de l'aspirateur dans les DASRI.

Punaises de lit - Fiche réflexe

- ☛ Aérer la chambre
- ☛ Bionettoyage de la chambre et des sanitaires : balayage humide suivi d'un lavage à plat, nettoyage des surfaces hautes, du lit, du matelas, de la table de nuit (tiroirs compris), du placard (étagères comprises) avec le détergent/désinfectant
- ☛ 2^{ème} bionettoyage avec un nettoyeur vapeur (à demander à la cellule de prêt). Faire toutes les surfaces comme précédemment et avec la buse du nettoyeur vapeur, faire toutes les encoignures, les plinthes, l'intérieur du placard, la table de nuit, les interstices du fauteuil, du lit, la fermeture éclair du matelas...
- ☛ Aérer la chambre

Réintégration possible d'un patient dans la chambre.

- ☛ Surveiller la chambre et les chambres voisines pendant plusieurs semaines (voir paragraphe « Comment détecter la présence de punaise ». Si à nouveau présence de punaises, recommencer tout le processus et alerter rapidement l'EOH.