



## Utilisation responsable des pesticides

### Avant d'acheter un pesticide

- Identifiez l'organisme nuisible correctement.
- Utilisez d'abord des mesures de lutte physique et des moyens autres que les pesticides.
- Lisez le mode d'emploi et les mises en garde qui figurent sur l'étiquette du produit avant de l'acheter. L'étiquette doit comporter le nom de l'organisme nuisible à combattre et l'endroit où le produit peut être utilisé (par exemple à l'intérieur, à l'extérieur, dans le jardin, sur les animaux de compagnie).
- N'achetez que la quantité de produit requise pour le traitement.
- Vous pouvez toujours choisir de faire appel aux services d'un professionnel au lieu de faire le traitement vous-même.

### Lors de l'utilisation d'un pesticide

- Lisez attentivement le mode d'emploi et les mises en garde qui figurent sur l'étiquette.
- Ne fumez pas et ne consommez pas de boissons ou de nourriture pendant l'application d'un pesticide.
- Faites sortir les enfants et les animaux de compagnie des lieux ou éloignez-les pendant le traitement. Couvrir ou enlever les aquariums.
- Couvrez ou enlevez les aliments, les ustensiles et la vaisselle si le traitement se fait dans la cuisine.

### Après avoir utilisé un pesticide

- Lavez-vous toujours les mains soigneusement après avoir manipulé un pesticide.



Nymphe de punaise  
des lits avant et après  
s'être nourrie

Photo : Lou Sorkin



Morsure de punaise  
des lits

Photo : Lou Sorkin

## La punaise des lits – À quoi ressemble-t-elle?

La punaise des lits possède un corps ovale, large et plat ainsi qu'une petite tête élargie. Brune, sans ailes et mesurant entre 6 et 10 mm, une punaise adulte à jeun ressemble à un pépin de pomme. Après avoir mangé, elle gonfle légèrement et prend une teinte rouge sang. La nymphe a la même forme que l'adulte, mais elle est jaune-blanc.

La présence de cloques sur la peau et de démangeaisons ou de taches noires ou brunes sur les matelas, les draps, les cadres de lit ou les murs indique souvent une infestation de punaises des lits.

Les œufs de punaises sont blancs et mesurent environ 1 mm (1/25 po) de long. Ils sont presque impossibles à voir sur la plupart des surfaces. La femelle pond au moins 200 œufs au cours de sa vie, à un rythme de 2 ou 4 œufs par jour. Les œufs ont un revêtement collant et sont déposés dans les fissures et les crevasses, derrière les boiseries et d'autres endroits semblables. Ils éclosent habituellement au bout de 6 à 17 jours.

Les nymphes se nourrissent dès qu'elles trouvent des aliments. Une punaise des lits doit subir cinq mues avant de devenir adulte. Les adultes vivent généralement environ 10 mois, mais ils peuvent vivre un an et plus dans une résidence qui offre de bonnes conditions pour la reproduction, c'est-à-dire des températures entre 21 et 28 °C. Les punaises peuvent s'y reproduire toute l'année.

Les punaises des lits peuvent vivre plusieurs semaines et même jusqu'à un an et demi sans manger. Les punaises plus âgées peuvent vivre encore plus longtemps sans nourriture.

## Quels dommages peut-elle causer?

La punaise des lits peut causer des allergies et des cloques sur la peau qui démangent. La sensibilité peut augmenter si l'exposition se prolonge. La punaise des lits ne pose toutefois pas de risque important pour la santé et elle n'est pas un vecteur connu de maladie transmissible par le sang. Les morsures de punaises des lits peuvent ne pas être remarquées immédiatement, car elles se nourrissent surtout la nuit pendant que les gens dorment.

La punaise des lits n'a pas d'ailes et ne peut voler ni sauter. Cependant, elle est capable de se cacher dans des endroits extrêmement petits en raison de son corps aplati, par exemple sous du papier peint, derrière des cadres, sur des prises électriques, dans des sommiers, dans des couvre-matelas et sur des tables de chevet. Longtemps considérée éradiquée dans la plupart des zones métropolitaines, la punaise des lits fait un retour en force. Les gens voyagent plus que jamais et les punaises en profitent pour se faufiler dans leurs vêtements et bagages. Les punaises sont surtout présentes là où il y a beaucoup de mouvements de populations, des refuges pour sans-abri aux hôtels cinq étoiles. Elles peuvent aussi être transportées accidentellement dans une maison par des objets. Leur présence ne signifie pas un manque de propreté.

## Comment peut-on lutter contre cet insecte?

Étant donné qu'il est difficile de se débarrasser des punaises des lits, le recours aux services d'un spécialiste de la lutte antiparasitaire est une solution simple. On peut également décider de traiter les punaises soi-même. Il faut généralement effectuer plus d'un traitement avec un produit chimique et on doit le faire en même temps que l'on utilise des méthodes de lutte physique.

Il faut être très rigoureux lorsqu'on traite une infestation de punaises des lits. Étant donné que les punaises se déplacent facilement, il faudra peut-être traiter les pièces contiguës. Enlever ou réduire tout désordre qui pourrait contribuer au déplacement des punaises.



Photos courtoisie de :  
Gary Alpert; Whitney Cranshaw, Colorado State University, Bugwood.org

## Traitement des lits

On doit traiter les matelas infestés au moyen de la vapeur. Il faut veiller à ce que la vapeur soit suffisamment chaude. Éviter le surplus d'humidité qui causerait la prolifération de moisissures. Bien inspecter le lit en examinant les coutures, le rembourrage et les crevasses dans le matelas ainsi que le sommier, le cadre et la tête du lit. On devra peut-être enlever le tissu sous le sommier pour vérifier la présence de punaises. Les couvre-matelas et les draps doivent être lavés à l'eau chaude et séchés à l'air chaud. On doit passer l'aspirateur dans les aires infestées avec une brosse. Il faut ensuite jeter le sac de l'aspirateur immédiatement après usage et inspecter la brosse afin d'enlever toute punaise. La punaise des lits ne peut pas facilement grimper sur les surfaces en métal ou polies; elle ne peut voler ni sauter. Traiter les pattes du lit afin de garder les punaises en retrait. Recouvrir les pattes avec du ruban double-face ou de la vaseline. On peut aussi placer les pattes du lit dans des bocaux en verre ou de boîtes de conserve en métal.

Il faut parfois se débarrasser du lit. Des trous ou des traces d'usure dans le tissu peuvent permettre aux punaises de pondre des œufs à des endroits difficiles d'accès et il existe des restrictions concernant le traitement des lits avec des insecticides.

## Traitement des autres articles

Examiner attentivement toutes les tables de chevet, les plinthes, les commodes, les têtes de lit (particulièrement celles qui sont rembourrées), les prises électriques, les objets rangés près ou sous un lit, les tapis, les cadres, les plaques d'interrupteur, l'intérieur des réveils, des téléphones, des téléviseurs et des avertisseurs de fumée, bref tout ce qui est dans la pièce au moment où l'on observe une infestation. Les chaises et les sofas rembourrés peuvent aussi héberger des punaises des lits; on doit donc y passer l'aspirateur avec soin et laver toutes les composantes possibles (coussins, housses, volants, etc.)

Les petits objets qui ne peuvent être lavés peuvent parfois être traités au moyen de la chaleur (températures supérieures à 50 °C) ou par congélation. On peut emballer certains articles dans du film de plastique et les placer à l'extérieur lors d'une journée chaude et ensoleillée ou en hiver, lorsque la température est inférieure au point de congélation. Cependant, il faut que les punaises soient exposées à de froides températures durant une période prolongée (par exemple 4 jours à 0 °C) pour s'assurer de les tuer.

## Prévention

On doit bien envelopper les matelas afin de prévenir les infestations de punaises des lits. On peut les emballer dans des couvre-matelas à fermeture à glissière fabriqués par des fabricants de produits pour les personnes allergiques. Installer du ruban à conduits (duct tape) sur la fermeture à glissière. On peut également utiliser un film de plastique pour emballer et sceller les matelas. Il faut être très prudent lorsqu'on rapporte à la maison des meubles, de la literie, des matelas ou des lits usagés. On doit les inspecter et les nettoyer avant de les rentrer dans la maison. En voyage, inspecter le matelas et la tête du lit dans la chambre d'hôtel, ne jamais y apporter un oreiller de la maison et ne pas poser les bagages sur le lit.

## Produits

Les pesticides à usage domestique offerts aux propriétaires contiennent généralement de la pyréthrine ou de la terre de diatomées.

Les spécialistes de la lutte antiparasitaire ont accès à plusieurs pesticides à usage commercial. Cela comprend des produits à pulvériser, des poudres et des aérosols qui ont une faible odeur. Le spécialiste choisira le produit le mieux adapté à chaque situation.

**Note :** Les infestations de punaises des lits peuvent être très difficiles à traiter et de multiples traitements pourraient s'avérer nécessaires. Toujours suivre le mode d'emploi sur l'étiquette d'un pesticide afin de minimiser l'exposition et de maximiser l'efficacité du produit. Surveiller la situation entre deux applications de pesticides afin de lutter contre l'infestation existante et prévenir une infestation future.

© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par le ministre de Santé Canada, 2009  
SC Pub : 8196  
ISBN : 978-1-100-91253-0 (978-1-100-91254-7)  
Numéro de catalogue : H113-1/35-2009F (H113-1/35-2009F-PDF)

**Santé Canada**  
**Agence de réglementation de la lutte antiparasitaire**

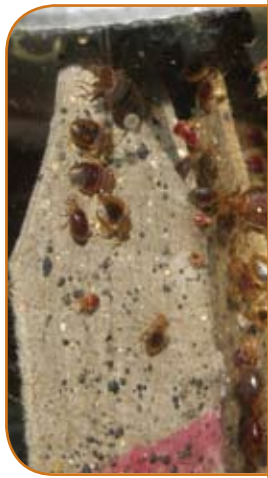
2720, promenade Riverside, Ottawa (Ontario) K1A 0K9

Téléphone : 1-800-267-6315

De l'extérieur du Canada : 613-736-3799 (frais d'interurbain)

Télécopieur : 613-736-3798

[www.santecanada.gc.ca/arla](http://www.santecanada.gc.ca/arla)



Punaises adultes, nymphes, œufs, excréments et carapaces vides sur du carton  
Photo : Lou Sorkin



Punaises des lits cachées derrière une moulure de caoutchouc  
Photo : Lou Sorkin



- Ne pas laisser des personnes ni des animaux de compagnie entrer en contact avec les surfaces traitées avant qu'elles ne soient complètement sèches.
- Ventilez bien les lieux traités.
- Nettoyez toutes les surfaces ayant un contact direct avec les aliments, comme le dessus des comptoirs de cuisine, des tables et des cuisinières, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur.
- Gardez toujours les pesticides hors de la portée des enfants et des animaux de compagnie et loin des aliments et des boissons.

### En cas d'empoisonnement

- Communiquez immédiatement avec un centre antipoison et consultez un médecin.
- Apportez le contenant ou l'étiquette du produit à l'urgence ou chez le médecin.
- Suivez les directives de premiers soins qui figurent sur l'étiquette.
- En cas d'empoisonnement d'un animal de compagnie, consultez un vétérinaire immédiatement.
- Déclarez tout incident relatif à un pesticide à son fabricant (numéro de téléphone sur l'étiquette). Le fabricant est obligé de le déclarer à son tour à Santé Canada.

### Élimination des pesticides

- Ne réutilisez pas les contenants de pesticides. Enveloppez-les et jetez-les avec les ordures ménagères.
- Suivez le mode d'emploi inscrit sur l'étiquette ou communiquer avec les autorités provinciales pour l'élimination des pesticides.

**Note :** Les précautions énumérées ci-dessus sont d'ordre général. Lisez toujours l'étiquette pour plus de précisions. En cas de doute, consultez un expert.

**Santé Canada**

Agence de réglementation  
de la lutte antiparasitaire  
[www.santecanada.gc.ca/arla](http://www.santecanada.gc.ca/arla)

1-800-267-6315