



Que faire si une punaise fréquente votre lit ?

Si vous êtes piqué(e) par une punaise de lit, il ne va pas vous être facile de trouver la bestiole en cause. N'en n'avez pas honte, la présence de cet insecte n'est en rien liée à un manque d'hygiène. Pour repérer le gîte de cet animal, il faut chercher minutieusement dans les moindres recoins du lit ou proches du lit : matelas, structures du lit, tringles à rideaux, meubles de chevet, placards. Avant de déménager tout le mobilier de votre chambre, n'oubliez pas que la *Cimex lectularius* se déplace très peu : elle déménage passivement, quand on déplace l'objet qui lui sert de résidence.

Pour désinsectiser, mieux vaut recourir à un professionnel. Il faut en général deux interventions successives avec des insecticides, de façon à tuer les punaises éventuellement écloses après la première intervention.

Se débarrasser du matelas ou du mobilier incriminés est peu efficace car la punaise de lit peut survivre sans manger pendant plus d'un an et ce serait au contraire la meilleure façon de la disséminer tout en n'étant jamais certain d'évacuer son gîte principal.

Enfin, si sa piqûre provoque une irritation prolongée de la peau autour du point d'impact, une pommade dermocorticoïde permettra de calmer ces démangeaisons parfois très gênantes.

A noter : cet anti-inflammatoire puissant est délivré sur prescription médicale.

Source : *Infestation par les punaises de lit, l'hygiène n'est pas en cause.* P. Delaunay, Hôpital de l'Archet, Nice.



Le Dico du doc

Punaise de lit

Baptisé aussi *Cimex lectularius* (*bedbug* en anglais), cet insecte se nourrit du sang qu'il ingère en piquant essentiellement des humains. Depuis quelques années, la punaise de lit infeste de plus en plus de maisons et d'hôtels, partout dans le monde. Elle mesure de 2 à 5 mm de long et n'a pas d'ailes. Son corps très plat lui permet de se glisser dans des endroits inaccessibles, très sombres et très discrets, parfois à quelques centimètres de l'humain qui la nourrit. Elle dépose ses déjections et elle pond ses œufs dans cette cachette, tout autour d'elle. La présence de punaises de lit est indépendante des conditions d'hygiène.

La nuit, la punaise de lit sort de sa cachette et vient piquer l'humain endormi. Sans être douloureuse, cette piqure est souvent désagréable et peut s'accompagner pendant quelques jours d'une irritation localisée.

Bonne nouvelle : après de nombreuses études scientifiques, il se confirme que la piqûre due à une punaise de lit ne transmet ni virus ni bactérie. En revanche, il arrive qu'elle s'infecte, notamment quand on la gratte.

Source : *Infestation par les punaises de lit, l'hygiène n'est pas en cause.* P. Delaunay. Hôpital de l'Archet. Nice.

Météo antibio

Risques

- Grippe très rare
- Bronchiolite très faible
- Inf respiratoire faible
- Gastro-entérite moyen
- allergies pollens élevé

Source : <http://www.grog.org>
et <http://www.pollens.fr>

