

Bien qu'elles ne transmettent pas de maladie à l'homme, les punaises de lit sont responsables de nuisances. Elles peuvent occasionner des troubles du sommeil, de l'anxiété, un isolement social, etc. et touchent toutes les catégories d'hébergement. La propreté d'un lieu ne garantit pas à elle seule la protection contre les colonisations.



### Qui sont-elles ?

Les punaises de lit adultes ont une taille comprise entre 4 et 7mm. Elles ne volent et ne sautent pas. Elles sont de couleur brune à beige, très plates et proches de l'aspect d'un confetti. Elles peuvent vivre de 6 à 12 mois. Une femelle pond de 200 à 500 œufs dans sa vie.

### Comment les repérer ?

Elles sont difficiles à observer car elles fuient la lumière naturelle ou artificielle. Les piqûres sont le premier indice de présence des punaises. Situées généralement sur les parties découvertes du corps (main, bras, visage, jambes, etc.), elles ressemblent aux piqûres de moustique, se présentant parfois en ligne de 4 à 5 piqûres assez caractéristiques. Les démangeaisons causées peuvent être importantes. Et lorsqu'un logement est fortement infesté, plusieurs lésions peuvent apparaître à différents endroits sur la peau exposée durant le sommeil.

### Comment se propagent-elles ?

La contamination des logements peut se faire par transport passif (par l'homme, des valises, des vêtements, des meubles et matelas récupérés ou d'occasion). Les punaises de lit peuvent aussi avoir un mode de déplacement actif de quelques mètres à quelques dizaines de mètres lorsqu'elles sont à la recherche d'un repas sanguin.

### Comment protéger son environnement ?

Pour protéger son environnement des punaises de lit, il est conseillé de :

- maintenir le logement propre sans encombrement d'objets inutiles,
- passer régulièrement l'aspirateur,
- éviter de se procurer des vêtements, des meubles rembourrés ou des matelas d'occasion car ils peuvent être infestés,
- surveiller l'apparition de toute piqûre suspecte.

### Comment lutter efficacement ?

- La lutte mécanique (sans insecticide) est indispensable pour diminuer le nombre d'insectes dans le logement,
- La lutte chimique (avec insecticides) nécessite l'intervention d'un professionnel de la désinsectisation agréé.

Le service Lutte anti-vectorielle de la ville de Toulon, n'intervient pas pour lutter contre ces parasites.

source : ARS PACA

### En savoir plus

➤ [Consulter le site de l'ARS PACA](#) [1]

### Contacts -

**Mairie de Toulon**

Avenue de la République  
CS 71407 - 83056 Toulon Cedex  
Tél. : 04 94 36 30 00

**Liens:**

[1] <http://www.paca.ars.sante.fr/punaises-de-lits-les-bons-gestes-adopter>

[2] <https://www.toulon.fr/annuaires>