

Définition

La punaise de lit (ou *Cimex lectularius*) figure parmi les plus anciens parasites de l'homme. C'est un petit insecte de la taille d'un pépin de pomme, qui a un corps de forme ovale. Brun et sans aile, un adulte à jeun mesure environ 5 à 7 mm de long. Après s'être nourri, il grossit légèrement et prend une teinte rouge sang foncé. La punaise de lit se nourrit la nuit, principalement de sang humain. Elle ne peut pas grimper facilement sur le métal ou les surfaces polies, encore moins voler ou sauter.

Les voyages et déplacements de population permettent aux punaises de lit de migrer vers de nouveaux endroits par l'intermédiaire **des vêtements ou des bagages**. Cette propagation est facilitée par l'aptitude de la punaise de lit à **survivre plusieurs mois sans se nourrir**. La montée de la précarité peut être un facteur favorisant leur prolifération d'autant que l'utilisation massive des insecticides a entraîné l'émergence de souches résistantes. Si les insecticides ne les tuent pas, ils sont pour autant des répulsifs efficaces.

Comment détecter la présence de punaise

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

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. Ce qui alerte :

- 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 (écrasement des punaises la nuit)

La piqûre de punaise

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 :

- Certaines personnes ne savent même pas qu'elles ont été piquées et ne verront aucune piqûre
- Pour certains, les piqûres disparaissent au bout de quelques heures voire quelques jours sans traitement
- Pour d'autres, elles se manifestent par une réaction allergique plus ou moins localisée, avec des boursouffures prurigineuses rouge vif assez douloureuses pouvant évoluer en réaction généralisée.

Le traitement est symptomatique. Si nécessaire, désinfecter et appliquer une pommade antiprurigineuse pour éviter le grattage.

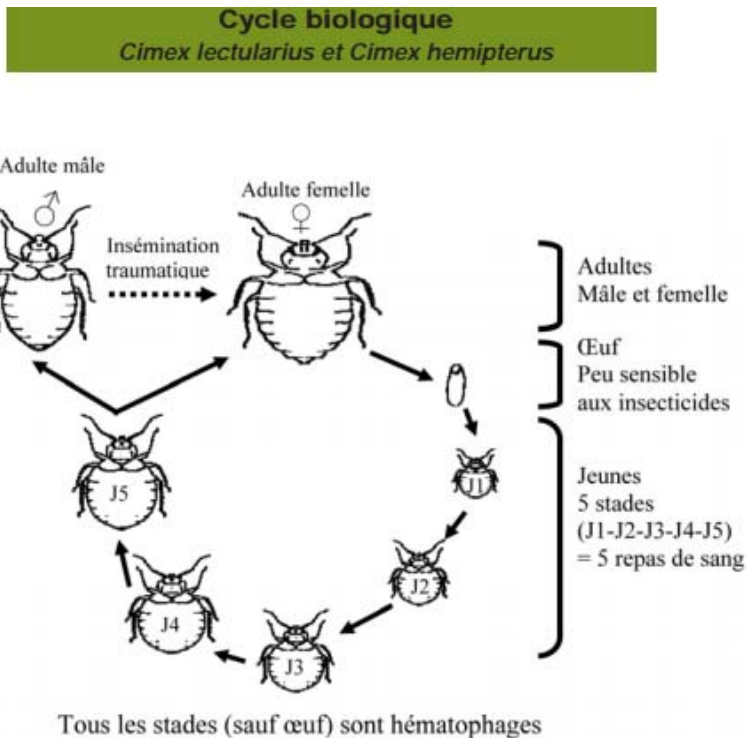
Cycle biologique de la punaise

Le cycle de la punaise explique les difficultés d'éradication de ce parasite.

A noter que **tous les stades dès l'éclosion sont hématophages.**

Un adulte peut survivre jusqu'à 2 ans sans repas sanguin.

Ces parasites sont peu sensibles aux insecticides mais tués par la chaleur > 55°C et par le froid (congélation à -20°C au minimum 48h).



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

Comment s'en débarrasser – Conduite à tenir

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.

Conduite à tenir :

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.
- ☛ 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 habituel
- ☛ 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.

Cas des visites de professionnels dans un domicile

- ☛ Tenue professionnelle dédiée, même les chaussures. Ne rien déposer dans la pièce mais disposer d'un grand sac plastique contenant manteau, sac...Au besoin, utiliser des insecticides sur les bas de pantalon et les surchaussures. Se changer au retour à l'hôpital et envoyer la tenue dans un sac transparent à lien hydrosoluble à la blanchisserie avec la notion de punaise inscrite sur le sac.
- ☛ Signalement à l'EOH et organisation de la désinfection du domicile.