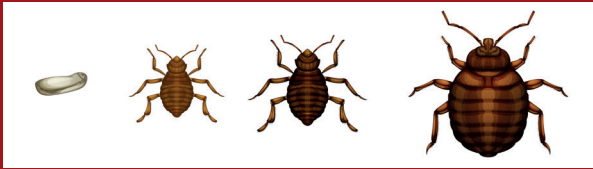


A quoi ressemblent les punaises de lit ?

Ce sont des insectes de 5 à 7 millimètres à l'âge adulte (taille d'un pépin de pomme) qui ne volent pas. Elles se trouvent dans la literie, les canapés, les meubles, les plinthes mais ne vivent pas sur l'homme. Elles se déplacent plutôt de nuit. Leurs piqûres provoquent des démangeaisons mais ne transportent pas de maladies.

Leur présence n'est en aucun cas un signe de manque de propreté. Ce fléau touche tout le monde, jusqu'aux plus grands hôtels parisiens...



Comment les détecter chez moi ?

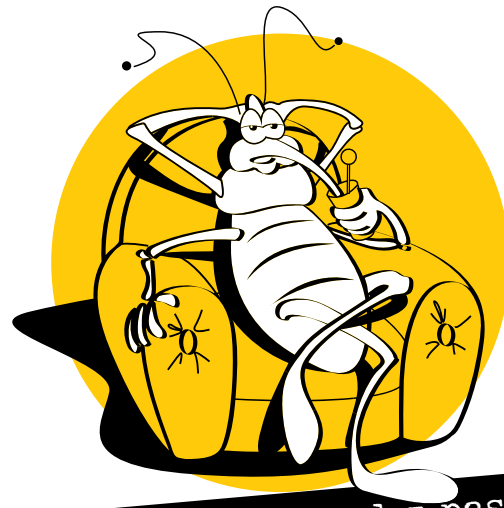
Soyez attentifs aux piqûres : elles ressemblent à celles des moustiques (traces rouges provoquant des démangeaisons). On les trouve souvent sur les parties du corps découvertes pendant la nuit (bras, jambes, dos).



Inspectez régulièrement votre literie (sommiers, lattes, pieds, matelas, têtes de lit), et en cas de doute vos plinthes, vos meubles et vos rideaux. Parfois, les punaises sont difficiles à trouver, vous pouvez cependant apercevoir des traces noires signe de leur présence.



Si vous voyez des punaises, agissez vite !



Prévention : n'attendez pas qu'elles s'installent chez vous !

Quelques réflexes et gestes réguliers peuvent aider à prévenir une infestation :

- ☑ Evitez de rapporter chez vous du mobilier ou des objets trouvés dans la rue (surtout la literie).
- ☑ Aérez l'appartement tous les jours.
- ☑ Inspectez les meubles ou les vêtements d'occasion avant de les acheter.
- ☑ Inspectez les bagages lorsque vous revenez de voyage.

A votre service à Longjumeau

CCAS
Centre Communal d'Action Sociale
142 rue Pierre et Marie Curie
91160 LONGJUMEAU
01 69 74 19 00

Maison de quartier Colucci
rue Maryse Bastié
91160 LONGJUMEAU
01 60 49 15 39

Pour plus d'informations :
<https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/punaises-lit>

Comment se débarrasser

des punaises de lit



La ville peut vous aider !

La ville de Longjumeau et ses partenaires vous donnent des clés pour lutter contre les punaises de lit.

Comment les éliminer ?

1. Ayez les bons réflexes au quotidien (lutte mécanique)

Tout jeter n'est pas la solution miracle ! En cas de début d'infestation, des gestes simples et réguliers vous aideront à vous en débarrasser...

Utiliser la vapeur

Passer régulièrement un appareil à vapeur sèche sur les endroits appréciés par les punaises : elles ne supportent pas les hautes températures. Ensuite, passez l'aspirateur et jetez le sac bien scellé ou congelez-le.



Laver à plus de 60 degrés

Laver vos vêtements, draps, couvertures, oreillers à une température supérieure à 60 °C en lavant séparément ceux qui sont infestés.

Congeler à -20 degrés

Isoler et congeler (à -20 °C) les objets et tissus qui ne peuvent pas être lavés.

Condamner les recoins

Bouchez les fentes et les fissures sur les murs, derrière les plinthes et sur les cadres de lit en bois. Enlevez ou recollez le papier peint qui se décolle, et refixez si besoin les plaques des interrupteurs.

Mettre de la terre de diatomée

Disponible en jardinerie, cette poudre blanche aux propriétés abrasives provoque des lésions chez les punaises, conduisant à leur mort. Veillez à respecter les précautions d'emploi.

où trouver les punaises ?



2. Faites appel à un pro ! (lutte chimique)

En cas de contamination importante de votre appartement, l'intervention d'un professionnel est indispensable.

Pour favoriser les chances de réussite, il est fortement conseillé de coupler cette intervention chimique avec les gestes du quotidien décrits ci-contre.

Deux passages à deux semaines d'intervalle seront nécessaires (environ 280 € au total). Le respect du protocole d'intervention et votre collaboration avec le prestataire seront essentiels à la réussite !

Attention aux arnaques sur internet

Restez vigilants sur vos achats en ligne. Méfiez-vous des produits chimiques, des traitements ou prestations vendus onéreusement par des soit-disants commerçants ou spécialistes, il peut s'agir de produits inefficaces ou dangereux.

