



# PUNAISES DE LIT

## Information de base pour les professionnels de la santé

### GENERALITES

#### Types de punaises

Les punaises de lit font partie de la famille des Cimicidae (punaise plate), qui sont des parasites hématophages. Les espèces spécifiques de l'homme sont le *Cimex lectularius* (zones tempérées) et le *Cimex hemipterus* (zones tropicales). Le parasite est responsable d'épidémies dans les habitats humains difficiles à traiter dans les régions socio-économiquement défavorisées.

Tous les niveaux de contamination ont été décrits : cas isolés, cas groupés (Hôtels, EMS, Hôpitaux), contamination totale d'un bâtiment ou flambée épidémique dans une ville (Royaume Uni en 1998 et 1999, Pise en Italie en 2003, New York en 2010 etc....).

#### Physiopathologie

La femelle pond environ 200-500 œufs au cours de sa vie, à un rythme de 5 à 15 œufs par jour, et les dépose dans les crevasses et les fissures, derrière les boiseries ou tout autre emplacement bien dissimulé. Recouverts d'une substance collante, les œufs des punaises de lit sont blancs, mesurent 1 mm de long et sont presque impossibles à voir sur la plupart des surfaces. Les œufs prennent entre 6 et 17 jours pour éclore. Les jeunes ou immatures ont un développement en 5 stades avant de devenir adultes. Un repas sanguin est indispensable pour atteindre le stade suivant. Les jeunes sont de couleurs claires, ce qui les rend parfois peu visibles.

### SYMPTOMES

Classiquement, l'examen de la peau révèle des papules érythémateuses inflammatoires de disposition linéaire, très prurigineuses (avec recrudescence matinale). Moins souvent, l'aspect est urticarien centré par un point hémorragique, ou des bulles pouvant laisser les séquelles pigmentaires. Des cas de choc anaphylactique ont été décrits, probablement par réaction immuno-allergique à la nitrophorine de la salive des punaises. En cas d'infestation massive, une anémie est possible. Les piqûres peuvent être extrêmement désagréables. Elles créent des lésions dermatologiques mais également parfois une angoisse qui peut être sévère, des syndromes dépressifs avec une parasitophobie et isolement social. Certaines personnes n'ont aucune réaction aux morsures, d'autres une faible réaction cutanée et d'autres, plus rares, une réaction allergique grave.

### DIAGNOSTIC

Le diagnostic est avant tout clinique, mais n'est certain qu'en cas de visualisation de la punaise de lit. Il faut rechercher une notion d'un voyage récent, un changement de lieu de couchage, un déménagement, ainsi que l'acquisition de nouveaux meubles d'occasion. Il faut rechercher la présence de symptômes identiques chez des personnes vivants sous le même toit. En cas de suspicion, seule l'identification de la punaise de lit permet d'établir formellement le diagnostic.

En cas de prurit avec une notion de voyage, les diagnostics à évoquer sont une gale, les puces de lit, la pédiculose corporelle. Pour la gale et la pédiculose, le parasite reste sur le corps. A noter que contrairement à la gale, le prurit lié aux punaises est plutôt matinal.

### TRAITEMENT

Il n'y a pas de traitement spécifique antiparasitaire pour la personne piquée. Le prurit peut être soulagé par du clobétasol topique sur les lésions. Soulager rapidement le prurit permet aussi de prévenir les surinfections bactériennes secondaires au grattage. Mais dans tous les cas, les

symptômes persistent tant qu'une éradication du lieu de contamination n'est pas effectuée. L'objectif thérapeutique est donc d'éradiquer le parasite lui-même.

### **Identification du parasite**

Il convient de rechercher les punaises adultes, jeunes, les œufs, les déjections et les traces de sang dans tous les lieux où le parasite peut être présent : chambres à coucher, salon avec canapé. En particulier :

- Matelas : cordon, étiquette de la marque, orifice d'aération, attaches des sangles.
- Structures du lit : latte, vis, montant, etc. Ne pas hésiter à démonter ou dévisser la structure.
- Galandage ou lambris en contact avec le lit.
- Tringle à rideau et ourlet supérieur et accroches d'un rideau.
- Objets proches du lit : tableaux, tables de chevet, livres.
- Doubles plafonds, les sols creux et pièces adjacentes.

### **ERADICATION**

**Eradication mécanique** (sans utilisation d'insecticide) :

Avantage : pas de résistances, diminue et supprime la charge parasitaire d'un lieu.

Méthodes :

- Aspiration avec l'embout fin de l'aspirateur. Les œufs sont souvent adhérents aux surfaces. Les punaises de lit peuvent ressortir quelques minutes ou heures plus tard de l'aspirateur. Il est donc nécessaire d'obturer le sac, de l'emballer dans un sac en plastique et de le jeter dans une poubelle extérieure pour éviter toute contamination d'autres sites. Le conduit de l'aspirateur devra être nettoyé en aspirant de l'insecticide poudre ou par pulvérisation d'insecticide dans le conduit.
- Nettoyage à la brosse. Brosser à sec ou avec un nettoyant de surface certains recoins ou tissus pour supprimer œufs et jeunes difficiles à mettre en évidence. Le brossage ne tue pas, y associer l'aspirateur ou un grand nettoyage du sol.
- Congélation à -20 degrés pendant minimum 48 heures.
- Lavage à la machine à plus de 55 degrés.
- Nettoyage vapeur (120 degrés). Il détruit tous les stades de punaises au niveau des recoins ou des tissus d'ameublements.
- Nettoyage haute pression. Dans des situations d'invasion extrême, les conduits (aération ou vide ordure) peuvent être nettoyés.
- Restauration des lieux, jointure des plinthes ou des chambranles de portes
- Chauffage du mobilier : à 60 degrés, tous les stades de la punaise sont tués.
- Suppression de l'ameublement en s'assurant que le matériel ira directement à la décharge.

### **Eradication Chimique**

En cas de faible infestation : insecticide pour les insectes rampants, associé à la lutte mécanique aux points stratégiques. Les punaises ayant échappé à la lutte mécanique seront tuées au contact de cet insecticide lors de leur prochaine sortie nocturne.

En cas de forte infestation : Le site devra être traité par un professionnel à trois reprises à 10 jours d'intervalle afin de tuer les immatures sortis des œufs résistants aux insecticides.

### **PREVENTION**

Il n'existe pas de prévention idéale. Pour les personnes qui ont été piquées par des punaises de lit lors d'un voyage, il est recommandé de contrôler soigneusement les bagages au retour. Si le résultat est positif, il faudrait, dans l'idéal, traiter avant que les bagages soient introduits dans l'appartement. Lors de l'apport de matelas, de meubles ou d'autres objets usagés dans son propre appartement, il est indispensable de les examiner très attentivement et de les traiter si nécessaire.

Source : Document préparé par la Dre Laurence Toutous Trellu, HUG, Mme Odile Lacour et le Dr Philippe Sudre, Service du médecin cantonal, Genève

Dernière mise à jour : 21 août 2017