

EPINAY-SUR-SEINE

EN FINIR

AVEC  
LES PUNAISES DE LIT !



Les piqûres de ce parasite très nuisible peuvent perturber votre vie quotidienne. Savoir reconnaître l'insecte et adopter une méthode rigoureuse en cas d'infestation est le plus sûr moyen de s'en débarrasser rapidement et efficacement. **N'attendez pas pour agir !**

## RECONNAÎTRE LA PUNAISE DE LIT



La punaise de lit est un petit insecte rampant de couleur brunâtre à rouge foncé. De la taille et de la forme d'un pépin de pomme (avec un corps ovale et aplati de 4 à 8 mm), elle est visible à l'œil nu. La punaise de lit se nourrit exclusivement de sang, de préférence humain.



## COMMENT AGIT-ELLE ?



Discrète, la punaise de lit pique la nuit à l'insu du dormeur tandis qu'elle aime à se cacher le jour à proximité des couchages, ce qui fait d'elle un insecte particulièrement coriace à repérer. Très envahissante, la punaise de lit peut se propager rapidement de la chambre au salon et parfois même jusque chez les voisins... d'où l'importance d'être vigilants et réactif à la moindre suspicion !



## APPRENDRE À REPÉRER SA PRÉSENCE



La punaise de lit se niche souvent dans les fissures, les coins et les renforcements avec une préférence pour le bois, le plâtre et les tissus... Ayez l'œil !

3  
INDICES →



**Traces de sang et d'excréments sur la literie** (couture de matelas, oreillers ou draps)

*\*Évitez de gratter les endroits affectés, cela pourrait provoquer une infection plus grave*



**Piqûres** sur les bras, les jambes ou le dos, par groupe de 3 ou 5 boutons rouges alignés\*



**Odeur âcre** en cas de forte infestation

Vous pouvez aussi éclairer les lieux propices aux punaises et aux larves à l'aide d'une lampe torche pour les débusquer !



## EN CAS D'INFESTATION, QUE FAIRE ?



### PHASE 1 > ADOPTER LES BONS GESTES

**Éloignez les lits des murs** (15 cm minimum) et enrroulez les pieds avec du ruban adhésif double face.

**Si vous habitez en immeuble, parlez-en à vos voisins !**  
Inutile de culpabiliser car leur présence n'est pas due à un manque d'hygiène. Pour un traitement vraiment efficace, il faut traiter tous les logements infestés.

**Lavez les vêtements, housses et rideaux** en machine à 60°C puis stockez-les dans des sacs fermés hermétiquement.

Pour les vêtements qui ne peuvent pas être lavés à 60°C, congelez-les pendant 72 heures à -20°C.

**Passez méticuleusement l'aspirateur** (coutures et replis des matelas, plinthes, recoins, fissures, dessous de tapis et fauteuils), puis jetez le sac hermétiquement fermé aux ordures.

**Frottez les meubles** avec de l'eau savonneuse ou un produit de nettoyage domestique.

**Fumigez vos matelas** à l'aide d'un nettoyeur-vapeur (120°C minimum).



### PHASE 2 > FAITES INTERVENIR UN PROFESSIONNEL

POUR PLUS D'INFORMATIONS,  
CONTACTEZ LA MAIRIE :

Service Hygiène et Santé  
1, rue Mulot - 93800 Épinay-sur-Seine  
Mail : [hygiene@epinay-sur-seine.fr](mailto:hygiene@epinay-sur-seine.fr)  
Tél. : 01 49 71 98 81





**SERVICE  
HYGIÈNE ET SANTÉ**

1, rue Mulot  
93800 Épinay-sur-Seine  
[hygiene@epinay-sur-seine.fr](mailto:hygiene@epinay-sur-seine.fr)  
01 49 71 98 81