

# Punaises de lit

## Fiche à l'intention des milieux d'hébergement



### Quelle est la nature du problème causé par les punaises de lit?

Le personnel de soins et les intervenants du milieu de la santé peuvent être en contact avec des clients victimes d'une infestation ou simplement porteurs de punaises de lit. La présence de ces insectes dans un lieu de résidence, un établissement de santé ou un milieu d'hébergement, et la difficulté de s'en débarrasser peuvent engendrer des sentiments d'insécurité et de désarroi. Il est alors essentiel de réagir promptement et de faire équipe pour enrayer le problème.

Réapparue dernièrement dans la plupart des grandes villes, la punaise de lit représente actuellement une réelle nuisance. Sa résistance aux produits et méthodes de contrôle parasite fait en sorte qu'il est difficile de s'en débarrasser. S'il n'est pas contrôlé, ce petit insecte se reproduit rapidement et se propage facilement. Le nombre de logements infestés dans un immeuble ainsi que le degré de vulnérabilité de ses occupants sont certains aspects à considérer d'un point de vue de santé publique. Toutefois, le principal risque à la santé est inhérent aux piqûres, qui se comptent parfois en très grand nombre. Ces piqûres causent généralement des lésions cutanées et provoquent souvent une démangeaison importante; elles peuvent aussi se compliquer par une réaction allergique, une infection, etc. Sans ignorer les impacts considérables qu'une infestation peut avoir sur la qualité de vie (perturbations du sommeil, stress, isolement social, exacerbation d'un trouble psychique, etc.).

### En quoi le réseau et ses établissements d'hébergement est-il concerné par les punaises de lit?

Le personnel du réseau de santé et de ses milieux d'hébergement (incluant les ressources intermédiaires) peut être confronté aux punaises de lit dans certaines situations. On pense par exemple aux intervenants qui se déplacent dans les domiciles et qui décèlent la présence de punaises, mais aussi au personnel qui reçoit un client porteur de punaises de lit dans un centre d'hébergement pour personnes âgées, un centre jeunesse d'hébergement, etc. Ces employés souhaitent obtenir de l'information pour se protéger et pour aider leurs clients.

La présence de punaises de lit est très variable d'un territoire à un autre. L'intervention première du réseau consiste essentiellement à supporter son personnel lorsqu'il doit intervenir dans des lieux où une infestation est suspectée ou évidente. Il revient alors aux responsables d'évaluer la portée des interventions (en rapport avec les punaises de lit) qu'ils jugent essentielles de faire.

La présente fiche regroupe des informations pour détecter la présence de punaises de lit, prévenir une infestation et faire face à des situations nécessitant une extermination complète ou partielle d'un endroit infesté. Pour les situations qui justifieraient un accompagnement plus large dans une opération d'extermination concernant un immeuble privé, des fiches d'information spécifiques sont disponibles sur les mesures à prendre par le client (locataire), le propriétaire, l'exterminateur et la municipalité.

On doit par ailleurs savoir que :

- 1) La responsabilité d'assurer l'extermination efficace et permanente d'un immeuble revient au propriétaire/gestionnaire d'immeuble.
- 2) Les municipalités ont la responsabilité légale d'assurer la salubrité des immeubles sur leur territoire.

## Comment détecter la présence de punaises de lit?

Il est important que le personnel soit renseigné afin de pouvoir mieux détecter les punaises et réagir rapidement. Voici quelques indices qui pourraient laisser soupçonner la présence de punaises de lit :

- La personne se plaint souvent d'être piquée et de souffrir de démangeaisons.
- Les piqûres de punaises sont similaires à celles d'un moustique. Les gens peuvent réagir de différentes façons aux punaises. Si deux personnes partagent un même lit, il est possible que l'une d'elles n'ait rien alors que l'autre est piquée.
- Les piqûres se retrouvent surtout sur les parties du corps qui sont découvertes pendant le sommeil. La disposition des piqûres est généralement en ligne droite ou en groupe, à un même endroit sur la peau.
- La personne se fait surtout piquer la nuit. Fuyant la lumière, les punaises de lit ont tendance à se cacher près de l'endroit où elles se nourrissent, soit là où la personne dort de longues heures.
- On arrive parfois à les voir. La punaise de lit est un insecte brunâtre, luisant et sans ailes, de forme ovale et aplatie, long de 4 à 7 mm ( $\approx \frac{1}{4}$  po). Elle ne saute pas, ne vole pas et se déplace lentement.
- Il y a présence de taches sombres sur les draps, l'oreiller et le matelas; les taches proviennent des punaises écrasées qui viennent de se nourrir de sang et de leurs excréments.
- Il y a présence de peaux de mue (*exuvies*), d'excréments et de coquilles d'œufs dans les endroits où les punaises aiment se cacher, tels les contours du matelas et du sommier, les fissures des planchers, des murs et du mobilier, les moulures, derrière les cadres ou le papier peint qui se décolle. On peut également en trouver dans la literie, les coussins, les rideaux, les fauteuils, les vêtements, derrière les plinthes et les plaques électriques, dans les papiers, les livres, les téléphones, les radios, les sacs à dos ou à main, les valises, les fauteuils roulants, etc.
- On peut parfois remarquer une odeur désagréable; l'odeur provenant des glandes olfactives de la punaise est surtout perceptible lorsqu'il y a une infestation importante.



## Qu'est-il recommandé de faire si la présence de punaises de lit est détectée au domicile d'un client ou lors de sa visite dans un milieu d'hébergement?

Dans toute situation, il faut agir avec diligence et se rappeler que tout le monde peut être, à un moment donné, exposé à des punaises de lit. Il n'y a pas lieu d'avoir honte ni de blâmer quiconque, mais plutôt d'agir vite et de manière concertée.

### Interventions visant l'extermination dans un lieu de résidence privé (incluant toute ressource intermédiaire)

Lorsqu'un intervenant constate les signes de punaises de lit sur une personne ou leur présence dans un domicile, il est recommandé :

- De communiquer l'information rapidement à son supérieur.
  - D'encourager l'occupant à aviser immédiatement le propriétaire ou le gestionnaire de l'immeuble afin qu'il prenne les mesures pour corriger rapidement la situation (ceci est primordial pour endiguer l'infestation).
  - De façon optimale, l'occupant devrait aviser le propriétaire par lettre et mettre sa municipalité ainsi que la Régie du logement en copie. Le locataire d'un HLM devrait se tourner vers l'Office municipal d'habitation de sa région. Le propriétaire a la responsabilité de réagir rapidement pour que les occupants et l'exterminateur travaillent avec lui de concert à l'éradication complète des punaises.
  - D'expliquer au gestionnaire du milieu touché par les punaises qu'il ne réussira pas à résoudre le problème seul en vaporisant des insecticides dans les pièces, sur le matelas ou sur les personnes et que cela risque même d'aggraver la situation, d'introduire de la résistance et d'occasionner des problèmes de santé.
  - De faire appel à un exterminateur certifié, qui ne devrait utiliser que des produits homologués, afin qu'ils ne comportent aucun danger pour la santé ni l'environnement. Certaines précautions doivent quand même être prises pour éviter la surexposition à ces produits. Des dispositions particulières doivent être prises lorsqu'il y a présence de jeunes enfants, femmes enceintes, personnes âgées ou malades<sup>1</sup>.
  - De solliciter la collaboration du client, du gestionnaire de l'immeuble et des intervenants visés, afin que la continuité des soins prodigués à domicile et dans les établissements de santé puisse être assurée.
  - De sensibiliser les personnes touchées; de les informer des mesures préventives à prendre pour éviter que cette infestation ne s'aggrave et qu'elle se transmette à d'autres lieux (par exemple, éviter le déplacement de ses effets personnels d'un endroit à un autre).
  - De suggérer aux clients aux prises avec des punaises de lit de vite signaler le problème et de demander de l'aide auprès des intervenants du réseau qui sauront les orienter.
- \* Dans l'éventualité d'une *inaptitude* de l'occupant (déficits cognitifs, problèmes de santé mentale, etc.), tout comme dans le cas de non-collaboration (refus de l'occupant d'être aidé, non-reconnaissance de sa responsabilité vis-à-vis du problème, etc.), la direction du milieu d'hébergement peut choisir d'informer simultanément le propriétaire et la municipalité<sup>2</sup>. Il en est de même si la gravité de l'infestation compromet les services à la clientèle, qu'elle touche plusieurs logements ou que le risque de propagation est imminent. Un milieu d'hébergement, avec l'appui du CISSS, pourrait décider d'assister un occupant *inapte* dans les étapes entourant le traitement de

1. De l'information sur les insecticides est disponible sur le site de l'Agence de réglementation de la lutte antiparasitaire (ARLA, Santé Canada) et celui de l'INSPQ.

2. Afin de préserver l'anonymat de l'occupant, il est possible de mentionner l'adresse sans donner l'identité de la personne.

son milieu de vie par un exterminateur<sup>3</sup>. En tel cas, l'entourage, la Croix-Rouge, le service des incendies et les organismes communautaires peuvent s'avérer d'une grande aide.

S'il y a présence d'infection, de réactions allergiques sévères ou de complication de lésions, il est recommandé de faire examiner la personne par un médecin.

### **Quelles précautions peut-on prendre pour assurer la continuité des services à une personne qui vit dans un lieu infesté lorsqu'elle est reçue dans un milieu d'hébergement, un centre de réadaptation ou un établissement de santé?**

Généralement, les punaises se transportent d'un endroit à un autre en s'infiltrant dans les effets personnels et en s'échappant lorsqu'on dépose ces objets (sac, vêtements, etc.) sur le sol. Il faut également savoir qu'entreprendre une procédure d'extermination peut nécessiter plusieurs semaines. Durant cette période, certaines mesures permettront de minimiser le risque qu'un usager aux prises avec des punaises de lit chez lui les introduise involontairement dans un autre établissement.

- Lors de l'admission ou du transfert d'une personne dans un milieu d'hébergement, un centre de réadaptation ou un établissement du réseau de la santé, il est recommandé d'examiner l'usager et ses articles.
- Dès son arrivée dans l'établissement, on suggère de remettre à la personne un sac de plastique afin qu'elle y dépose ses effets personnels (manteau, sac à main, etc.), qu'on identifiera et gardera fermé avec son contenu pendant le séjour (si court) dans l'établissement. Si ses effets personnels sont infestés, on pourra lui fournir, au besoin, de nouveaux vêtements (p.ex. jaquette d'hôpital) et accessoires avant de lui faire intégrer les lieux.
- Pour un séjour prolongé, lorsque la présence de punaises de lit est suspectée, on inspectera les vêtements et effets personnels, qui seront aussi mis dans un sac de plastique fermé puis transportés directement au lieu où ces articles seront traités.
- Pour les lieux communs, il est suggéré de convenir avec le responsable de la salubrité de la nécessité d'une vigilance accrue (en particulier pour le passage d'aspirateur et le nettoyage des planchers aux endroits ciblés).
- Le plan de prévention des animaux et micro-organismes nuisibles de l'établissement devrait inclure les punaises de lit et accorder une attention spéciale à la gestion de la buanderie, celles des matelas et des retours de matériel prêté.

### **Quelles mesures de protection peuvent être prises lorsqu'un intervenant est lui-même aux prises avec un problème de punaises?**

La direction de l'établissement devrait être extrêmement discrète sur l'origine (personne aux prises avec l'infestation de punaises) de cette problématique. Il faut à tout prix éviter que la personne soit stigmatisée. Pour venir en aide à cet intervenant, voici quelques recommandations :

- Il est important de soutenir la personne et de ne pas amplifier ni entretenir le problème.
- En arrivant au travail, l'intervenant devrait (sollicitant l'aide d'un collègue au besoin) inspecter ses vêtements et articles personnels, y compris ses articles de travail.
- On pourrait lui suggérer de mettre ses effets (manteau, etc.) dans un grand sac de plastique de couleur pâle et bien le refermer, puis le placer dans son casier, sur un crochet, ou le suspendre derrière une porte. L'idée est d'éviter que les punaises, si présentes, se dispersent dans l'établissement. Quand l'intervenant quitte les lieux de travail, on lui suggère de jeter le sac bien fermé dans une poubelle fermée à l'extérieur.

3. Voir les fiches d'information sur les responsabilités du locataire, du propriétaire et de l'exterminateur afin de se familiariser avec les étapes pour une extermination optimale.

- Si des punaises de lit sont détectées à la maison, l'intervenant devrait s'empresse de communiquer avec son propriétaire (s'il ne l'est pas lui-même) et de consulter un exterminateur certifié.

### Quelles mesures de protection suggère-t-on à un intervenant qui prodigue des soins lorsqu'il y a suspicion ou présence de punaises de lit?

L'expérience de certains CISSS a démontré qu'en adoptant quelques mesures simples, les intervenants qui ont à interagir de manière étroite avec le patient (p. ex. : déplacer le patient avec des manœuvres physiques ou être en contact prolongé avec le lit ou le mobilier) peuvent se protéger adéquatement.

#### **Principales mesures suggérées :**

- Toujours placer ses effets personnels (manteaux, sacs, etc.) et tout équipement ou matériel de soins dans un sac de plastique fermé lorsque la présence de punaises de lit est suspectée.
- Apporter un vêtement de protection qui couvre tout le corps ainsi que des couvre-chaussures jetables et s'en revêtir avant d'entrer en contact avec le patient.
- Éclairer la pièce (les punaises fuient la lumière).
- S'asseoir sur une chaise non rembourrée qui se trouve généralement dans un endroit non infesté (ex. : une chaise de cuisine). Sinon, recouvrir la chaise d'un piqué (dossier et siège). Ne pas vous asseoir sur le lit ni sur le sofa du client.
- Au retour à la maison, si l'intervenant a des craintes d'avoir rapporté des punaises de lit, voici des méthodes pour nettoyer ses vêtements et effets personnels : les mettre dans la sècheuse au moins 30 minutes à haute température, OU les laver à l'eau savonneuse bien chaude, OU les mettre au congélateur au moins 3,5 jours à une température d'au moins -18°C, OU les traiter à la vapeur chaude. Au congélateur, éviter de trop compacter le contenu des sacs.
- Si la situation le justifie, revoir la politique d'utilisation des véhicules personnels pour déplacer un client.

À titre indicatif, nous reproduisons en annexe un aide-mémoire de mesures visant à protéger l'intervenant prodiguant des soins (dans les ressources intermédiaires, centres de réadaptation, centres d'hébergement pour personnes âgées, etc.) qui **doit interagir de manière étroite avec le patient**.

Pour l'intervenant qui **ne doit pas interagir de manière étroite avec le patient** :

- Prendre les mêmes précautions que suggérées pour les intervenants qui doivent déplacer le patient, sauf qu'il n'est pas nécessaire d'apporter ni de revêtir un survêtement et des couvre-chaussures.

**En résumé :** Si l'on détecte rapidement le problème et que l'on a acquis suffisamment d'informations et d'outils, il sera beaucoup plus facile d'agir efficacement, de se protéger et d'éviter la dissémination des punaises de lit.

Document produit par Louise Lajoie et Marie-Johanne Nadeau de la Direction de santé publique, CISSS de la Montérégie-Centre, s'inspirant en partie des guides développés par la Direction de santé publique de Montréal et par l'équipe de Patrice Tchinda, du CSSS de la Montagne.

Production : mars 2016

1255, rue Beauregard, Longueuil (Québec) J4K 2M3  
Téléphone : 450 928-6777, poste 14036 Télécopieur : 450 928-3760

## AIDE-MÉMOIRE

### EXEMPLES DE MESURES DE PROTECTION CONTRE LES PUNAISES DE LIT LORS DE SOINS, QUAND IL Y A CONTACT ÉTROIT

#### Avant la visite : mesures de prévention

- Prévoir les équipements de protection et des sacs à déchets de couleur pâle (ex. : blanc ou bleu pâle).
- Éviter de porter des vêtements amples et des manches longues.
- Prévoir du linge de rechange, au besoin.
- N'apporter chez le client que le strict nécessaire; laisser ses effets personnels au milieu de travail ou dans votre voiture.
- Visiter ce client, dans la mesure du possible, en dernier.

#### Chez le client

- Afin de sauvegarder la confidentialité, mettre le vêtement de protection (jaquette ou survêtement), dès l'entrée au domicile du client, puis bien l'ajuster.
- Mettre des couvre-chaussures (sur des souliers fermés).
- Mettre ses effets personnels dans un sac à déchets en plastique de couleur pâle (manteau, sac à dos, etc.) et sortir le matériel de protection. Ne garder que ce dont on aura besoin.
- Si possible, déposer le sac avec ses effets personnels dans un lieu non infesté, comme l'entrée, la cuisine ou le balcon, loin des vêtements, lits et meubles rembourrés.
- Se laver les mains. Ne mettre des gants que si requis ou si manipulation d'objets infestés.
- S'il faut s'asseoir, choisir une chaise non rembourrée qui se trouve idéalement dans un endroit non infesté (ex. : une chaise de cuisine). Sinon, recouvrir la chaise d'un piqué (dossier et siège). Ne pas s'asseoir sur le lit ni le sur le sofa du client.
- Manipuler les vêtements et la literie du client par petites quantités à la fois, en les tenant loin de soi.

#### À la fin du service, avant de quitter le domicile du client

- Vérifier vos vêtements de protection, vos couvre-chaussures et les secouer.
- Se placer dans l'entrée du client pour y enlever son vêtement de protection et ses couvre-chaussures en prenant soin de mettre le côté souillé vers l'intérieur, rouler en boule et jeter dans un autre sac à déchets de couleur pâle puis bien fermer. Éviter de se déplacer avec le matériel souillé à l'extérieur de l'appartement.
- Secouer le sac de plastique qui contient les effets personnels, afin de s'assurer qu'aucune punaise ne soit détectée sur le sac avant de l'ouvrir.
- Jeter les sacs à déchets (contenant le matériel jetable) dans une poubelle avec couvercle, idéalement, à l'extérieur de l'immeuble.

**Important :** Ne pas garder ni réutiliser les sacs à déchets qui ont servi à couvrir vos effets personnels. Ne pas rapporter le matériel jetable non utilisé au lieu de travail. Emballer hermétiquement les équipements qui doivent être rapportés au lieu de travail, jusqu'à ce qu'ils soient traités. S'informer auprès de son supérieur immédiat avant de rapporter les équipements.

#### De retour au lieu de travail ou à la maison

##### Au lieu de travail

- Changer de vêtements, si nécessaire.
- Placer ses vêtements souillés dans un ou deux sacs à déchets de couleur pâle fermés hermétiquement, avant de le(s) rapporter à la maison.

##### À la maison

- Mettre ses vêtements dans la sècheuse au moins 30 minutes à haute température, OU les laver à l'eau savonneuse bien chaude, OU mettre au congélateur au moins 3,5 jours à une température d'au moins -18°C, OU les traiter à la vapeur chaude. Au congélateur, éviter de trop compacter le contenu des sacs.