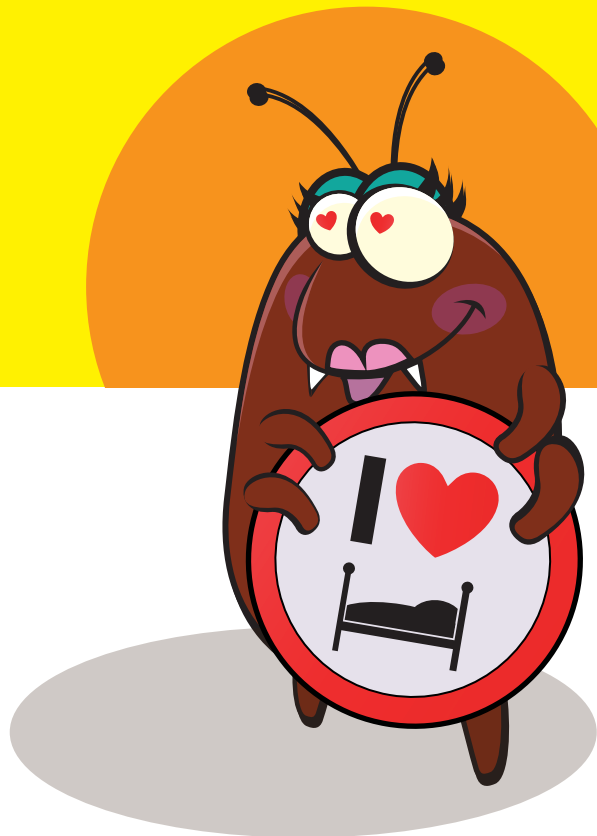


À retenir

- La présence de punaises de lits n'est pas due à un problème d'hygiène du site.
- Tous les pays sont concernés.
- Il est impossible de prévenir à 100 % les infestations de punaises de lits. Mais, avec de bons gestes, il est possible d'en réduire la dissémination !



Ce document est réalisé par le CDT Béarn – Pays basque dans le cadre d'un programme de sensibilisation.



COMITÉ DÉPARTEMENTAL DU TOURISME BÉARN-PAYS BASQUE

2, allée des Platanes 64100 Bayonne
Tél. 05 59 30 01 30

infos@tourisme64.com
www.tourisme64.com



La punaise de lits

Tous les pays et tous les hébergements sont concernés (pas plus ici qu'ailleurs) : agissons ensemble pour nous protéger efficacement !

Vos papiers
Lili!

Lili,
el picador

À faire / ne pas faire
Pendant votre séjour

● N'utilisez **JAMAIS** d'insecticide chimique (inefficace, création de résistances, risque d'intoxication et d'allergies).

● **Séparez votre linge** (déjà porté / propre) dans des sacs plastiques différents.

● **Éloignez vos affaires du lit** (posez-les si possible sur une surface carrelée style douche, baignoire...).

La punaise de lits est

- **Un insecte marcheur**
- **Sans aile**
- **De la taille d'un pépin de pomme**
(4-7 mm)

Ses larves sont invisibles à l'œil nu mais se développent rapidement.

La punaise de lits ne transmet aucune maladie.

Ses piqûres sont le plus souvent indolores, mais sont suivies 1 à 2 h plus tard de démangeaisons.

J'ai des piqûres. Qui m'a piqué ?

Peut-être Lili, même si la punaise de lits n'est pas le seul insecte piqueur en France (moustiques, tiques, puces...).

Les réactions cutanées sont variables d'une personne à l'autre (manifestations plus ou moins éruptives).

Si vous avez été piqué :

- **Ne vous grattez pas !**
Ceci afin d'éviter tout risque de surinfection.
- **Désinfectez la piqûre. Si besoin, appliquez une crème conseillée par un pharmacien.**
- **Si vous développez une hypersensibilité aux piqûres, prenez rapidement un avis médical.**

En cas de piqûres ou de suspicions

- Prévenez votre hébergeur.
- De retour chez vous, déballez vos affaires sur une surface carrelée et mettez-les immédiatement (sacs compris) à laver.
- **Lavez-les à 60°C et/ou séchez-les** (sèche-linge à forte chaleur).