

Fiche descriptive complète sur les punaises de lit

Punaise de lit

Synthèse : insecte parasite nocturne vivant près de l'humain, principalement dans la literie et les cachettes étroites.



1. Description

La punaise de lit est un petit insecte parasite hématophage, c'est-à-dire qu'elle se nourrit de sang. Elle vit principalement à proximité de l'être humain, surtout dans les lieux de repos comme les lits, matelas et meubles rembourrés. Elle pique généralement la nuit, lorsque les personnes dorment.

Nom scientifique : *Cimex lectularius*

Famille : Cimicidae

2. Historique

Les punaises de lit existent depuis des milliers d'années. Elles seraient associées à l'homme depuis l'Antiquité. Très répandues autrefois, elles ont fortement diminué au milieu du XXe siècle grâce à l'utilisation massive d'insecticides. Depuis les années 2000, elles réapparaissent en Amérique du Nord à cause de l'augmentation des voyages, du commerce de meubles usagés et de la résistance croissante aux insecticides.

3. Morphologie

La punaise de lit adulte mesure environ 8 mm de longueur.

- Corps ovale et aplati
- Couleur brun rougeâtre
- Absence d'ailes fonctionnelles (ébauches allaires)
- 6 pattes
- Antennes courtes
- Appareil buccal piqueur-suceur

Après un repas de sang : son corps devient plus gonflé et plus foncé.

Les œufs : très petits (environ 1 mm), blancs à translucides et de forme allongée.

Les jeunes punaises (nymphes) : ressemblent aux adultes, mais sont plus petites et plus claires.

4. Cycle de vie

a) Œuf	La femelle pond plusieurs œufs par jour, souvent dans des endroits cachés. Les œufs éclosent généralement de 6 à 17 jours, selon la température et les conditions du milieu.
b) Nymphe	Après l'éclosion, la punaise passe par 5 stades nymphaires. À chaque stade, elle doit prendre un repas de sang pour grandir et muer.
c) Adulte	Une fois adulte, elle continue à se nourrir de sang et à se reproduire. En conditions favorables, son développement complet peut être assez rapide.

Durée de vie : la punaise de lit peut vivre jusqu'à 24 mois. L'adulte peut vivre 18 mois sans manger.

5. Habitat

Les punaises de lit vivent dans les endroits sombres, étroits et proches de leur source de nourriture.

On les trouve souvent autour :

- Des matelas
- Des sommiers
- Des têtes de lit
- Des literies
- Des fissures des murs
- Des plinthes et quarts-de-rond
- Des meubles
- Des rideaux
- Des valises
- Des vêtements
- Des canapés

Elles ne construisent pas de nid, mais se regroupent dans des cachettes ou foyers.

6. Conditions favorables

Les punaises de lit apprécient :	On les rencontre dans :
<ul style="list-style-type: none"> • Les lieux chauffés • La proximité de l'homme • Les espaces encombrés qui offrent des cachettes 	<ul style="list-style-type: none"> • Les maisons • Les hôtels • Les dortoirs • Les transports • Les logements collectifs

7. Importance sanitaire

Les punaises de lit ne sont pas reconnues comme de grands vecteurs de maladies, mais elles causent :

- Des démangeaisons
- Des rougeurs
- Des irritations cutanées
- Des troubles du sommeil
- Du stress et de l'anxiété

À retenir : la détection rapide et une prise en charge rigoureuse permettent de limiter la propagation et les impacts des punaises de lit.