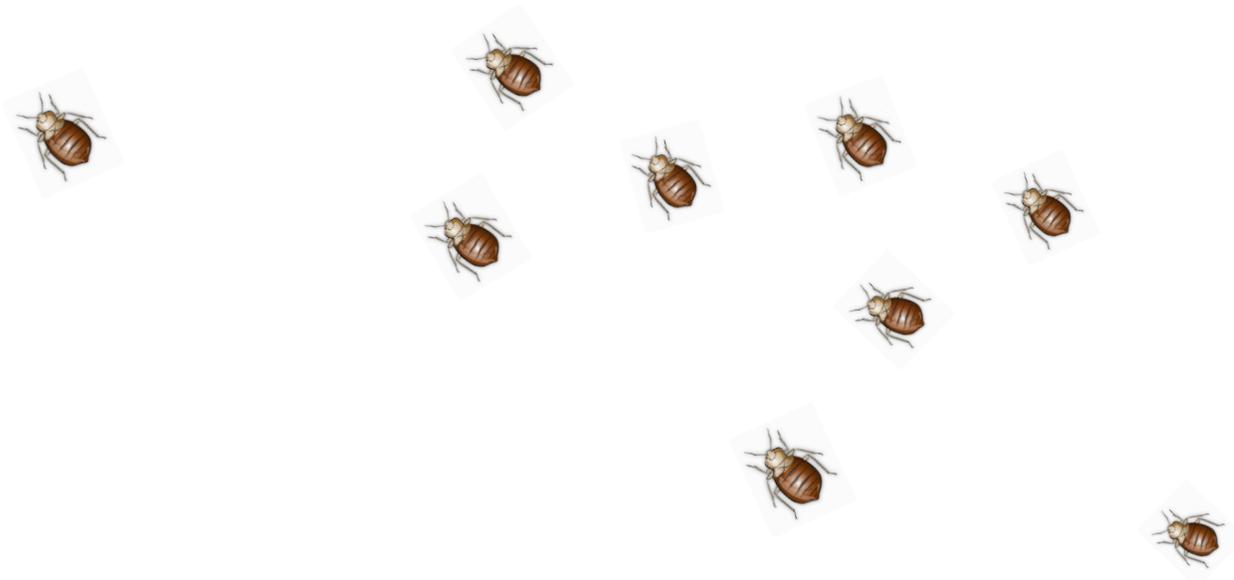




# Les punaises de lit

## Guide d'intervention en milieu scolaire



## Une réalisation de

la Direction de santé publique du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du  
Centre-Est-de-l'Île-de-Montréal  
1301, rue Sherbrooke Est  
Montréal (Québec) H2L 1M3  
Téléphone : 514 528-2400  
[www.dsp.santemontreal.qc.ca](http://www.dsp.santemontreal.qc.ca)

© Direction de santé publique  
Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Est-de-l'Île-de-Montréal  
(2015)  
Tous droits réservés

ISBN : 978-2-89673-484-9 (version PDF)  
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2015  
Dépôt légal - Bibliothèque et Archives Canada, 2015

## TABLE DES MATIERES

<b>1. INTRODUCTION</b> .....	1
<b>2. CE QU'IL FAUT SAVOIR</b> .....	2
Les punaises de lit .....	2
<b>3. LES RISQUES À LA SANTÉ</b> .....	2
La prévention .....	3
Les situations possibles à l'école.....	3
La communication.....	4
<b>4. CE QU'IL FAUT FAIRE</b> .....	4
L'évaluation de la situation .....	4
Les indices pouvant confirmer la présence de punaises de lit au domicile .....	5
L'intervention.....	6
<b>5. COMMENT SE PROTÉGER ?</b> .....	8
La prévention de la propagation à l'école.....	8
L'extermination à l'école.....	9
La réduction de la propagation au domicile .....	10
<b>6. EN RÉSUMÉ – RÔLES ET RESPONSABILITÉS</b> .....	11
<b>7. RÉFÉRENCES UTILES</b> .....	12
<b>8. REMERCIEMENTS</b> .....	14
<b>ANNEXE 1 : GRILLE D'ENTREVUE ET GRILLE DE SUIVI PUNAISES DE LIT</b> .....	15
<b>ANNEXE 2 : MODÈLE DE LETTRE DESTINÉE AUX PARENTS</b> .....	23
<b>ANNEXE 3 : DÉMARCHÉ D'INTERVENTION POUR L'EXTERMINATION AU DOMICILE</b> .....	27



## **1. INTRODUCTION**

Les punaises de lit, après avoir presque disparu pendant quelques décennies, sont maintenant présentes au Québec, comme un peu partout à travers le monde. Dans ce contexte, le milieu scolaire peut être confronté à des questionnements, notamment quant à la nécessité de développer des interventions spécifiques pour faire face à cette problématique.

Ce document présente des conseils destinés aux directions et au personnel des écoles, notamment les personnes désignées par l'école pour gérer les cas de punaises de lit en milieu scolaire. Il vise à les guider dans leurs interventions lorsque des indices de la présence de punaises de lit sont identifiés dans le milieu ou lorsque l'on suspecte qu'une personne a été piquée par cet insecte. Ce guide s'adresse également aux intervenants des centres de santé et de services sociaux (CSSS) en milieu scolaire qui collaborent et soutiennent le milieu scolaire lorsque des cas sont jugés plus complexes.

Ce guide vise à faire connaître les punaises de lit, les façons de les détecter et les meilleures pratiques pour gérer les cas d'infestations suspectées ou confirmées. De plus, des outils sont proposés, tels qu'une grille d'entrevue et un modèle de lettre pour les parents, afin d'accompagner l'école dans ses démarches lorsqu'elle doit faire face à un problème de punaises de lit.

Une multiplication des punaises de lit est peu probable à l'école et la présence d'une punaise de lit ne signifie pas que le milieu scolaire est infesté. Par contre, les punaises de lit peuvent se propager à d'autres domiciles en se déplaçant d'un objet (sac, vêtement, etc.) à un autre. L'intervention est donc importante afin de prévenir la dispersion des punaises de lit.

L'intervention rapide en milieu scolaire permettra de limiter les impacts sur la santé et la qualité de vie et favorisera une diminution des cas d'infestations à domicile.

## 2. CE QU'IL FAUT SAVOIR

### Les punaises de lit

Les punaises de lit sont des insectes brunâtres de forme ovale et aplatie, dépourvus d'ailes, mesurant de 4 à 7 mm et visibles à l'œil nu. Elles ressemblent à un pépin de pomme aplati. Elles se nourrissent du sang des humains lorsqu'ils dorment et sont actives surtout la nuit. Par contre, en l'absence de nourriture la nuit, elles peuvent également piquer durant le jour. Elles se nourrissent tous les 3 à 7 jours.



© 2006, Piotr Naskrecki. Public Health Image Library

On retrouve les punaises de lit et leurs œufs principalement dans la chambre à coucher. Au début de l'infestation, on les retrouve surtout le long des coutures de matelas et sur les sommiers. Lorsque l'infestation est importante, on les retrouve aussi dans les meubles rembourrés, les coussins, la literie, les rideaux, les fissures des murs et du sol, sous les moulures, sous le papier peint, derrière les cadres, etc.

Les punaises de lit ne volent pas, ne sautent pas, mais peuvent se déplacer d'un objet à l'autre (sac d'école, manteau, vêtement, etc.). Contrairement aux poux, elles ne vivent pas sur les personnes. Leur durée de vie est d'environ cinq mois, mais elles peuvent survivre sans se nourrir jusqu'à un an (en dormance).

## 3. LES RISQUES À LA SANTÉ

Les punaises de lit ne transmettent pas de maladies aux humains. Par contre, leurs piqûres peuvent entraîner différents symptômes. Elles causent des lésions semblables à des piqûres de maringouin. Les piqûres causent des réactions différentes d'une personne à l'autre, allant d'une absence de réaction à de fortes démangeaisons, qui peuvent conduire à une surinfection des lésions suite au grattage répété. De plus, le fait d'être piqué à répétition durant la nuit peut perturber le sommeil et entraîner de l'anxiété chez certaines personnes. La présence de ces insectes au domicile peut également inciter les



personnes à s'isoler parce qu'elles ont honte ou peur de propager le problème. Il faut aussi se rappeler qu'un usage inadéquat d'insecticides peut être néfaste pour la santé et l'environnement.

## **La prévention**

Même si l'école n'a jamais eu à faire face à un problème de punaises de lit, elle devrait se doter d'un plan d'action pour la prévention et la gestion de cet insecte afin de déterminer rapidement qui fait quoi et quand. Il est beaucoup plus facile de faire face au problème des punaises de lit lorsqu'un plan d'action est en place. Celui-ci vise à éviter la propagation des punaises par la prévention, la formation, le dépistage précoce et la gestion immédiate des cas. **Pour ce faire, un membre du personnel de l'école devrait être désigné responsable du dossier des punaises de lit à l'école.** Les écoles peuvent demander le soutien des intervenants du réseau de la santé (CSSS et DSP) pour l'élaboration et l'implantation de leurs plans d'action.

Afin de mieux détecter la présence de punaises de lit, l'ensemble du personnel de l'école devrait apprendre à reconnaître ces insectes et les indices de leur présence. De la formation et du matériel d'information peuvent être fournis sur demande par les intervenants du réseau de la santé.

Idéalement, les effets personnels des élèves ne devraient pas être mélangés entre eux, même si aucune punaise de lit n'a été observée. Il en est de même pour les effets du personnel.

## **Les situations possibles à l'école**

Plusieurs situations peuvent se présenter :

- Une personne informe l'école de la présence de punaises de lit à son domicile.
- Une personne a des piqûres sur la peau.
  - Des lésions fréquentes et semblables à des piqûres de moustique peuvent indiquer la présence de punaises de lit au domicile. En cas de doute, une consultation médicale pourrait être requise pour identifier la nature des lésions.
- Une punaise de lit est transportée involontairement du domicile à l'école.
  - Les punaises peuvent se cacher dans les vêtements ou les articles personnels (ex.: sacs d'école, effets scolaires, agenda, etc.).

La présence d'une punaise de lit à l'école ne signifie pas que l'école est infestée. Une infestation se produit lorsque les punaises de lit se multiplient et que l'on retrouve des indices (ex.: œufs, nymphes, insectes adultes) dans l'environnement. En cas de doute, une consultation avec un exterminateur (gestionnaire de parasites) pourrait être nécessaire pour confirmer le type d'insecte retrouvé dans l'environnement.

---

## **La communication**

Lors de ces situations, il est important de communiquer l'information le plus rapidement possible au responsable du dossier des punaises de lit. Il faudra prévoir une rencontre avec l'élève, pour discuter avec lui et évaluer la situation.

## **4. CE QU'IL FAUT FAIRE**

### **L'évaluation de la situation**

Si l'on soupçonne la présence de punaises de lit au domicile, le responsable du dossier des punaises de lit doit rencontrer l'élève en privé pour :

- Échanger sur la situation. L'information devrait être adaptée à l'âge de l'élève.
- Demander, si possible, à l'élève s'il y a des punaises de lit à la maison.
- Si l'élève a 14 ans ou plus, vérifier la présence de piqûres ou de lésions de grattage sur les parties visibles des bras ou des jambes. Au besoin, lui demander de relever ses manches ou le bas de ses pantalons.
- Si l'élève est âgé de moins de 14 ans, un examen visuel des bras et du bas des jambes ne peut être fait sans avoir obtenu au préalable le consentement des parents ou du tuteur. Le consentement peut être obtenu en communiquant directement avec le parent ou le tuteur ou en distribuant une lettre contenant un libellé de consentement passif (le parent ou le tuteur doit se manifester avant la date prévue s'il ne souhaite pas qu'on procède à un examen visuel des bras et du bas des jambes de son enfant).

Les piqûres sont le plus souvent observées sur les bras et les jambes, mais aussi sur toutes les parties du corps exposées durant le sommeil. Lorsqu'il y a grattage, des rougeurs ou de l'infection peuvent s'ensuivre. À noter, ces lésions sont semblables à d'autres problèmes de peau (piqûres de moustique, gale, eczéma, etc.) et ne peuvent confirmer à elles seules la présence de punaises de lit au domicile de l'élève.

**Une grille d'entrevue est disponible à l'annexe 1.**

Le responsable du dossier doit déterminer s'il s'agit d'un cas suspecté ou d'un cas confirmé.

---

**Cas suspecté** : présence d'indices dermatologiques (ex.: piqûres) sur un individu ou d'indices environnementaux (ex.: insectes) observés sur les vêtements ou les effets personnels (sans confirmation des indices ou de la source de l'infestation).

**Cas confirmé** : confirmation d'une infestation de punaises de lit par l'élève ou les parents ou observation récurrente d'indices dermatologiques ET environnementaux.

---

En présence d'un cas suspecté, une communication avec les parents est recommandée afin de déterminer l'origine des indices. Un suivi hebdomadaire est conseillé jusqu'à la disparition des indices. La provenance des punaises de lit n'est pas nécessairement le domicile de l'élève et il est parfois impossible d'en déterminer l'origine exacte. Les punaises de lit peuvent se déplacer d'un logement à l'autre et le logement où il y en a le plus n'est pas nécessairement celui où l'infestation a débuté.

La section suivante présente une liste d'indices pouvant confirmer la présence de punaises de lit au domicile de l'élève.

## **Les indices pouvant confirmer la présence de punaises de lit au domicile**

### Indices environnementaux

Les indices confirmant la présence de punaises de lit dans l'environnement se retrouvent généralement le long des coutures du matelas, sur le sommier et sur la literie (ex.: draps). Voici les indices environnementaux :

- taches de sang
- excréments (points noirâtres)
- traces d'œufs (petits et translucides)
- exuvies jaunâtres (peaux rejetées lors de la mue)
- insectes à tous les stades du cycle de vie (nymphe ou adultes)

### Indices dermatologiques

- Les piqûres de punaises de lit se retrouvent sur les bras, les épaules, les chevilles, les jambes, le dos et rarement sur le visage.
- Les lésions ressemblent aux piqûres de moustique.

- On découvre des piqûres de manière répétée chaque jour.
- En début d'infestation, les punaises ne piquent souvent qu'une seule personne.
- Les gens peuvent réagir de façon différente aux piqûres, certains ne réagissent pas du tout alors que d'autres ont des réactions allergiques sévères.

Note : Si la personne n'est pas piquée de nouveau, les lésions devraient disparaître au bout de quelques jours.

## **L'intervention**

---

### **L'élève ne doit pas être retiré de l'école**

À l'école, la direction et le personnel doivent faire preuve de discrétion afin d'éviter que l'élève ne soit ostracisé, pointé du doigt ou ridiculisé. L'élève ne doit pas être retourné à la maison.

L'extermination complète à la maison peut prendre de quelques semaines à quelques mois. Dans une telle situation, il faut se rappeler que tout le monde peut être, à un moment donné, aux prises avec un problème de punaises de lit. Il n'y a pas lieu d'avoir honte ni de blâmer quiconque. **Il faut plutôt agir vite et de manière concertée, pour trouver des solutions au problème.**

---

Dans un cas confirmé d'infestation au domicile, le responsable désigné par l'école devrait, selon la situation :

- Communiquer avec les parents afin de leur expliquer la problématique des punaises de lit, tout en insistant sur le fait qu'ils ne sont pas responsables de la situation.
- Faire une évaluation de la situation vécue au domicile avec le parent à l'aide de la grille fournie à l'**annexe 1** et juger de la nécessité de mettre en place des mesures afin de limiter la propagation de punaises de lit à l'école et fournir les conseils appropriés à la situation vécue au domicile.
- Mettre en place, s'il y a lieu, les mêmes mesures pour les frères et les soeurs qui fréquentent l'école.
- Évaluer la nécessité d'envoyer une lettre d'information générale aux parents des élèves qui pourraient avoir été en contact avec les effets de la personne aux prises avec une infestation. Un modèle de lettre est disponible à l'**annexe 2**. Vous pouvez également remettre le dépliant *Luttons contre les punaises de lit* (**disponible en annexe**).
- Faire une évaluation de la capacité de prise en charge des parents à mettre en place les mesures nécessaires pour se débarrasser des punaises de lit à la maison. S'ils sont incapables

ou dans l'impossibilité d'appliquer ces mesures, le CSSS peut être contacté (ex.: pour un soutien psychosocial).

Lors de la communication entre la personne responsable du dossier des punaises de lit et les personnes aux prises avec une infestation de punaises de lit, les informations suivantes pourraient être échangées :

- Un résumé de la situation à l'école;
- Un résumé de la situation au domicile;
- Des renseignements sur les punaises de lit :
  - Le dépliant « Luttons contre les punaises de lit<sup>1</sup> » disponible en annexe pourrait alors être remis;
- Les recommandations appropriées aux locataires ou aux propriétaires, selon le cas :
  - Locataires : aviser le propriétaire de la situation le plus rapidement possible;
  - Propriétaires<sup>2</sup> : demander à un exterminateur qualifié de procéder à l'élimination complète des punaises de lit;
- L'importance de mettre rapidement en place les mesures de réduction de la propagation à domicile et celles qui pourraient être appliquées à l'école (voir section 4);
- Les démarches de suivi que l'école effectuera. Demander aux personnes aux prises avec une infestation de tenir l'école informée de l'évolution de la situation à la maison, afin de savoir quand réduire ou cesser les mesures préventives et de contrôle mises en place à l'école.

Si ce n'est pas le domicile de l'élève qui est infesté mais plutôt un lieu qu'il fréquente, sensibiliser l'élève ou ses parents à prendre des précautions lorsqu'il fréquente ce lieu telles que :

- Ne rien déposer (manteau, sac) sur les lits, les meubles rembourrés ou sur le sol;
- Éviter de s'asseoir sur les lits ou les meubles rembourrés.

---

<sup>1</sup> Document disponible en plusieurs langues: <http://lespunaisesdelit.info>

<sup>2</sup> Voir « Les punaises de lit : mieux les connaître, pour mieux les combattre », guide pratique de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé de Montréal et de la Ville de Montréal à l'intention des propriétaires, exploitants et gestionnaires d'immeubles : <http://www.santemontreal.qc.ca/punaises-de-lit>

## 5. COMMENT SE PROTÉGER ?

L'extermination complète au domicile peut prendre de quelques semaines à quelques mois. En attendant, les mesures pour prévenir la propagation à l'école et au domicile devront être mises en place rapidement et seront généralement suffisantes comme mesures de prévention. L'élève, ses parents et la personne de l'école responsable du dossier des punaises de lit s'entendront sur une façon de faire pour réduire le risque que les punaises de lit ne se propagent du domicile à l'école. Ces mesures devraient cesser complètement un mois après la dernière visite de l'exterminateur si aucun indice de la présence de punaises de lit n'est retrouvé dans l'environnement et si aucune nouvelle lésion n'est apparue sur l'individu concerné.

### La prévention de la propagation à l'école

La personne responsable du dossier des punaises de lit à l'école doit identifier les mesures pour réduire les risques de propagation à l'école en fonction de l'évaluation de la prise en charge de la situation à la maison.

---

**Demander au parent et à l'élève de s'assurer que les vêtements et les effets personnels sont exempts de punaises avant de quitter le domicile.**

---

Dans tous les cas, la personne désignée doit rencontrer l'élève ou le parent selon le cas et lui expliquer les recommandations. Ensemble, ils s'entendront sur une façon de faire pour s'assurer que l'élève, ses vêtements, son matériel et ses autres effets personnels soient exempts de punaises.

1. En présence d'un **cas confirmé** et si le responsable désigné détermine que l'élève et les parents ont la **capacité de mettre en place les mesures** de réduction de la propagation au domicile, **il n'y a pas de mesures supplémentaires à mettre en place à l'école.**
2. Si la personne désignée détermine que **l'élève et les parents sont incapables** de mettre en œuvre les mesures de réduction de la propagation au domicile, elle doit discuter du cas en équipe afin d'établir un plan d'intervention concertée avec la famille et d'identifier les mesures à mettre en place **à l'école** selon l'évaluation de la situation à la maison. La composition de cette équipe peut varier en fonction du milieu mais devrait inclure la personne responsable du dossier des punaises de lit à l'école ainsi qu'un intervenant du CSSS. Si l'élève fréquente le service de garde de l'école, un représentant du service de garde devrait aussi être impliqué dans les discussions afin que les mesures identifiées soient mises en place au service de garde également.

Dans les cas où les parents sont incapables de mettre en œuvre des mesures de contrôle au domicile, certaines mesures visant à réduire les risques de propagation peuvent être appliquées à l'école. Ces mesures doivent faire l'objet d'une entente entre les parents et l'école. En voici quelques exemples :

- Idéalement, limiter au minimum les effets personnels que l'élève apporte à l'école.
- Selon l'évaluation faite de la capacité des parents à se débarrasser des punaises de lit au domicile, il peut être nécessaire, à l'arrivée à l'école, d'inspecter discrètement les vêtements portés par l'élève ainsi que ses effets personnels. L'inspection devrait se faire dans un local réservé à cet effet.
- Si l'on observe des indices confirmant la présence de punaises de lit ou s'il y a lieu de croire que les effets personnels (ex : souliers, vêtements ou manteaux) sont à risque de contenir des punaises de lit, déposer ces articles dans un grand sac de plastique neuf de couleur pâle<sup>3</sup>. On s'assurera de bien refermer le sac à l'aide d'un nœud ou d'une attache pour éviter que les punaises de lit ne sortent du sac et se dispersent dans le milieu. Quand l'élève quitte l'école, on lui remet ses effets personnels et on jette le sac immédiatement dans une poubelle à l'extérieur de l'école pour éviter la propagation.
- Demander à l'élève d'apporter des vêtements de rechange ou en prévoir à l'école.
- Pour l'entretien ménager, on peut recommander une vérification périodique et accrue des locaux où l'élève dépose ses effets afin de détecter la présence de punaises de lit et s'assurer de la mise en application des consignes d'entretien recommandées (ex.: nettoyage minutieux des lieux, utilisation d'un aspirateur<sup>4</sup>). Ce nettoyage peut être fait avant ou après les heures de classe, afin de garder l'anonymat de la personne.



## L'extermination à l'école

L'infestation (multiplication) des punaises de lit à l'école est rare, car les punaises de lit y sont en transit; l'extermination y est rarement nécessaire. Si l'on observe une ou deux punaises à l'école, il faut les écraser. On peut les coller sur un papier adhésif pour en faire l'identification plus tard. Par contre, dans les très rares cas où l'on observerait plusieurs insectes et que l'on soupçonnerait une infestation, il faudrait agir rapidement et faire appel à un exterminateur qualifié possédant permis et certificat du ministère du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les

<sup>3</sup> Les punaises de lit peuvent être détectées plus facilement si le sac ou le contenant est de couleur pâle.

<sup>4</sup> Pour les consignes d'utilisation de l'aspirateur, voir la section suivante.

changements climatiques (MDDELCC). Le Code de gestion des pesticides<sup>5</sup> du MDDELCC impose des règles strictes lors de l'utilisation d'insecticides dans les milieux scolaires, telles que l'exigence de procéder à l'extermination en dehors des heures de classe.

## **La réduction de la propagation au domicile**

En présence de punaises de lit au domicile, le propriétaire devra faire appel à un exterminateur qualifié afin d'intervenir rapidement. Vous pouvez consulter **l'annexe 3** pour une démarche d'intervention pour l'extermination au domicile.

### Mesures pour réduire la propagation au domicile de la personne concernée jusqu'à la fin de l'infestation :

- Passer l'aspirateur fréquemment peut réduire le nombre de punaises de lit. Fermer hermétiquement le sac de l'aspirateur avec un noeud ou une attache et jeter le sac aux ordures à l'extérieur de la maison immédiatement après l'utilisation. S'il s'agit d'un aspirateur sans sac, son contenu doit être vidé dans un sac de plastique qui doit être fermé hermétiquement et placé à l'extérieur de l'habitation immédiatement après l'utilisation. Le contenant de l'aspirateur doit ensuite être nettoyé, selon les directives du fabricant, après chaque utilisation.
- Mettre tous les vêtements et la literie dans la sècheuse à haute température (minimum de 30 minutes).
- Prendre note que le froid tue également les punaises, mais à des conditions très strictes, soit à -18 °C pendant 3,5 jours. Le centre de l'objet ou, si les objets sont placés dans un sac, le centre du sac doit atteindre cette température. Le congélateur d'un réfrigérateur n'atteint généralement pas cette température.
- Mettre tous les vêtements et les effets personnels exempts de punaises de lit dans un grand sac de plastique bien fermé, qui sera déposé à l'extérieur de toute pièce où les gens dorment. Chaque jour, ne sortir du sac que les vêtements requis et les effets personnels, et cela juste avant le départ pour l'école. Lors du retour à la maison, tous les articles (ex.: manteau, sac à dos, boîte à lunch, etc.) susceptibles d'être apportés à l'école le lendemain devraient être de nouveau placés dans un sac hermétiquement fermé.



Toute personne habitant dans le domicile infesté par les punaises de lit devrait prendre les mêmes mesures.

---

<sup>5</sup> <http://www.mddelcc.gouv.qc.ca/pesticides/permis/code-gestion>

Si la personne désignée détermine que les parents sont incapables de mettre en œuvre ces mesures, une demande de service peut être acheminée à l'intervenant scolaire du CSSS ou à l'accueil psychosocial du CSSS selon les besoins de la famille.

## **6. EN RÉSUMÉ – RÔLES ET RESPONSABILITÉS**

La gestion des punaises de lit en milieu scolaire fonctionne bien lorsque tous collaborent. Les parents, le milieu scolaire et le réseau de la santé ont tous un rôle à jouer pour contrôler ce problème.

### **Le rôle des parents**

Les parents ont plusieurs responsabilités lorsqu'ils sont aux prises avec un problème de punaises de lit à leur domicile.

Les parents devraient :

- Mettre en œuvre rapidement les mesures nécessaires pour éliminer les punaises de lit de leur domicile.
- Aviser l'école lorsqu'ils ont des punaises de lit. S'ils ont des enfants qui fréquentent une autre école ou un service de garde, les aviser également.
- S'assurer de limiter la propagation des punaises de lit de leur domicile à l'école.
- Informer l'école que l'extermination a été complétée.

### **Le rôle de l'école**

Les écoles sont responsables de la prévention et de la gestion des punaises de lit dans leur milieu.

L'école devrait :

- Désigner un membre du personnel responsable du dossier des punaises de lit à l'école.
- Se doter d'un plan d'action pour la prévention et la gestion des punaises de lit.
- Informer l'ensemble du personnel sur les punaises de lit.
- Distribuer de l'information sur les punaises de lit aux familles des élèves aux prises avec une infestation afin qu'elles puissent résoudre le problème.
- Identifier et mettre en œuvre les mesures de réduction de la propagation à l'école.
- Informer les élèves et les parents des mesures de réduction de propagation à mettre en œuvre au domicile.
- Faire le suivi approprié auprès des élèves aux prises avec une infestation jusqu'à ce que le problème soit résolu.

## **Le rôle du réseau de la santé (CSSS et DSP)**

Les intervenants du réseau de la santé agissent en soutien au milieu scolaire pour mettre en place des plans d'action ou collaborer lorsque des cas sont jugés plus complexes.

Les intervenants de CSSS avec le soutien de la DSP vont, sur demande :

- Aider les écoles dans l'élaboration et l'implantation de plans d'action pour la prévention et la gestion des punaises de lit en milieu scolaire.
- Fournir de la formation et du matériel d'information sur les punaises de lit.
- Soutenir les familles lors de situations particulières par le biais de l'intervenant du CSSS en milieu scolaire ou de l'accueil psychosocial du CSSS.

Les rôles du locataire, du propriétaire et de l'exterminateur sont décrits dans le guide *Les punaises de lit : mieux les connaître pour mieux les combattre* publié par la Direction de santé publique de Montréal et la Ville de Montréal à l'intention des propriétaires, exploitants et gestionnaires d'immeubles<sup>6</sup>.

## **7. RÉFÉRENCES UTILES**

**Pour plus d'information sur les punaises de lit :**

- Ville de Montréal : [www.lespunaisesdelit.info](http://www.lespunaisesdelit.info)
- Direction de santé publique du CIUSSS du Centre-Est-de l'Île-de-Montréal : [www.santemontreal.qc.ca/punaises-de-lit](http://www.santemontreal.qc.ca/punaises-de-lit)
- Gouvernement du Québec, Portail santé mieux-être : <http://sante.gouv.qc.ca/problemes-de-sante/punaises-de-lit/>
- Direction de santé publique de l'Estrie, Conseils utiles pour se préparer à l'extermination : [http://www.santeestrie.qc.ca/sante\\_publicque/protection\\_sante\\_environnementale/environnement\\_interieur/documents/Feuillet\\_Punaises-MaJ-02-2015.pdf](http://www.santeestrie.qc.ca/sante_publicque/protection_sante_environnementale/environnement_interieur/documents/Feuillet_Punaises-MaJ-02-2015.pdf)

**Pour des questions sur la santé :**

- Info-Santé : 8-1-1

---

<sup>6</sup> <http://www.santemontreal.qc.ca/punaises-de-lit>

**Pour des renseignements sur les effets toxiques des pesticides ou insecticides :**

- Centre antipoison du Québec : 1 800 463-5060

**Pour un soutien conseil aux écoles :**

- Direction de santé publique du CIUSSS ou du CISSS de votre région :  
<http://www.msss.gouv.qc.ca/reseau/regions.php>
- Centre de santé et des services sociaux (CSSS) :  
<http://sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/votre-csss/>

**Pour rejoindre les services d'inspection de la municipalité :**

- Ville de Montréal : 3-1-1
- Ces services ne sont pas disponibles dans toutes les municipalités. Renseignez-vous auprès de votre municipalité.

**Pour des conseils sur le logement :**

- Régie du logement : [www.rdl.gouv.qc.ca](http://www.rdl.gouv.qc.ca)  
Pour les régions de Montréal, Laval et Longueuil : 514-873-2245  
Pour les autres régions : 1-800-683-2245
- Regroupement des comités logement et association de locataires du Québec (RCLALQ) :  
[www.rclalq.qc.ca](http://www.rclalq.qc.ca)  
Pour Montréal : 514-521-7114  
Pour les autres régions : 1-866-521-7114 (sans frais)

## **8. REMERCIEMENTS**

**Document original : CSSS de la Montagne et Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal (2011).**

**Mise à jour 2015**

**Auteurs :**

Geneviève Hamelin, Direction de santé publique du CIUSS du Centre-Est-de-l'Île-de-Montréal  
Ann St-Jacques, Direction de santé publique du CISSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec  
Stéphane Perron, Direction de santé publique du CIUSS du Centre-Est-de-l'Île-de-Montréal  
Marie Pinard, Direction de santé publique du CIUSS du Centre-Est-de-l'Île-de-Montréal

**Comité de travail (CSSS):**

Annick Simard, Chantal Lorange et Renée Roy, CSSS de la Montagne  
Dany Habel et Natalie Blais, CSSS Pointe-de-l'Île  
Evangelia Spiratos et Ilham El-Khoury, CSSS Sud-Ouest-Verdun  
Jasmine Fiset et Jeannine Jean-Pierre, CSSS Ahuntsic et Montréal-Nord  
Lynda Gohier et Marie-Claude Fournier, CSSS Cœur-de-l'Île  
Marie-Josée Richard, CSSS Jeanne-Mance  
Martin St-George, CSSS Lucille-Teasdale  
Nathalie Gervais, CSSS Dorval-Lachine-Lasalle  
Stéphanie Dupont et Thesy Louis, CSSS Cavendish

**Révision (commissions scolaires) :**

Richard Papineau, Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île  
Pierre Chartrand, Commission scolaire de Montréal  
David-Roger Gagnon et Dora Cesta, Commission scolaire English-Montreal

## ANNEXE 1 : Grille d'entrevue et grille de suivi punaises de lit<sup>7</sup>

### Grille d'entrevue initiale

Nom de la personne qui complète la grille : \_\_\_\_\_

Date de l'entrevue initiale (jj/mm/aaaa) : \_\_\_\_\_

#### Renseignements généraux sur l'élève

Prénom : \_\_\_\_\_ Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_ Âge : \_\_\_\_\_

No. de téléphone: \_\_\_\_\_

Nom de la mère : \_\_\_\_\_

No. de téléphone : \_\_\_\_\_

Nom du père : \_\_\_\_\_

No. de téléphone : \_\_\_\_\_

Frère ou sœur :  Oui  Non

Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

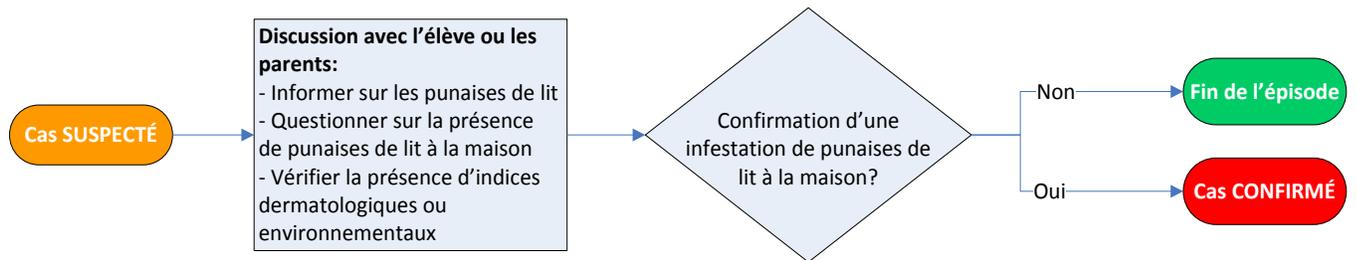
#### Identification d'un cas

Déterminez d'abord s'il s'agit d'un cas suspecté ou d'un cas confirmé.

\_\_\_\_\_

<sup>7</sup> Prendre note que ces grilles d'entrevue doivent être conservées de façon confidentielle à l'école.

### A. Cas suspecté



Présence d'indices dermatologiques sur l'individu (ex.: piqûres) ?  Oui  Non

Note : Les piqûres de punaises sont semblables à d'autres problèmes de peau (piqûres de moustiques, eczéma, etc.) et ne peuvent confirmer à elles seules la présence de punaises de lit au domicile de l'élève.

Localisation des piqûres sur le corps :  mains  bras  chevilles  jambes  cou  
autre : \_\_\_\_\_

Présence d'indices environnementaux (ex.: insectes) observés sur les vêtements ou les effets personnels?  Oui  Non

Est-ce que l'élève ou les parents confirment qu'il y a présentement des punaises de lit à la maison?  
 Oui  Non  Ne sait pas

#### Décision quant au suivi à effectuer

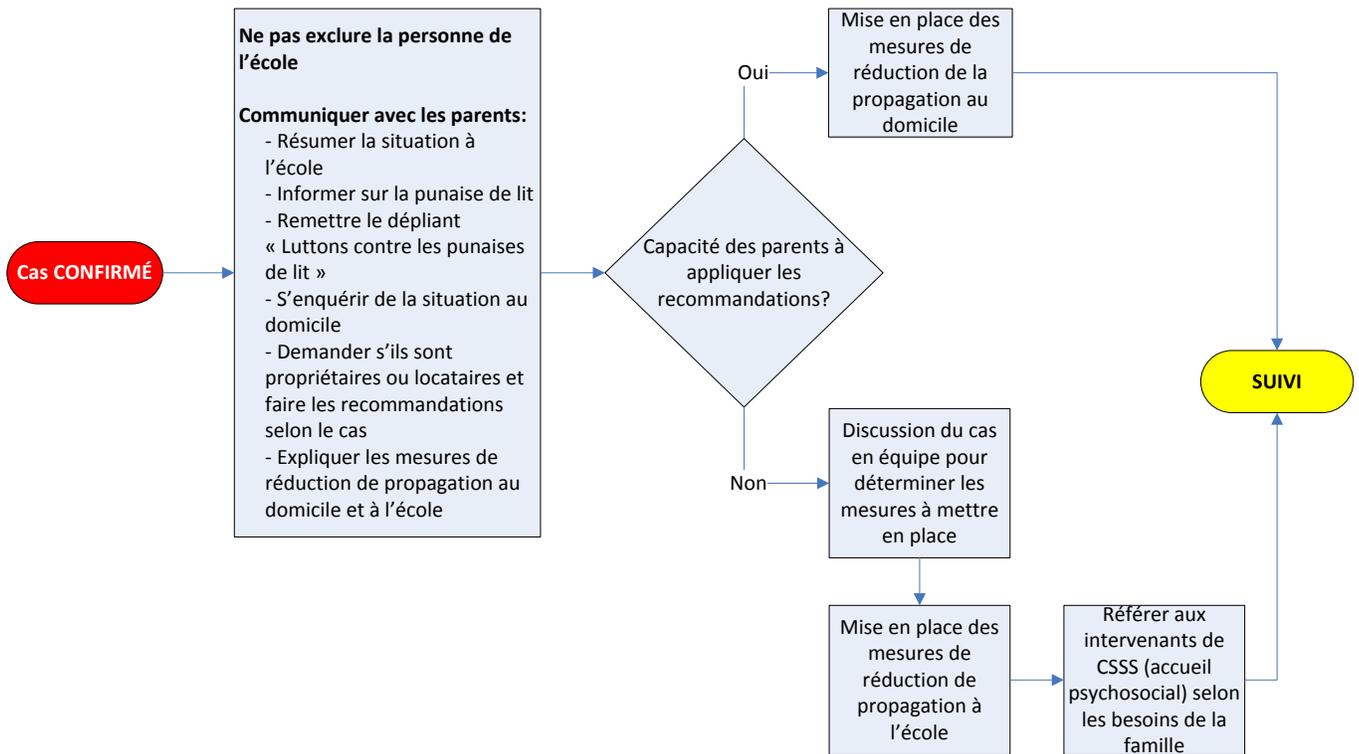
Confirmation d'une infestation de punaises de lit à la maison ?  Oui  Non

Observation récurrente d'indices dermatologiques ET environnementaux?  Oui  Non

Si vous avez coché Oui à une des deux questions précédentes, allez à la section B.

Si vous avez coché Non aux deux questions, fin du suivi.

**B. Cas confirmé**



Évaluation de la situation au domicile

Date de la communication : \_\_\_\_\_

Nom du parent contacté : \_\_\_\_\_

No. de téléphone : \_\_\_\_\_

Est-ce que les parents sont  propriétaires ou  locataires?

Si les parents sont propriétaires :

- Est-ce qu'ils ont contacté un exterminateur?  Oui  Non

Si les parents sont locataires :

- Est-ce que le propriétaire a été informé de la présence de punaises de lit dans leur logement ?  Oui  Non
- Par quel moyen? (verbalement, téléphone, courriel, lettre, courrier recommandé):

\_\_\_\_\_

- En cas de refus du propriétaire, est-ce que la municipalité a été contactée<sup>8</sup>?  
 Oui  Non
- Est-ce que la Régie du logement a été contactée ?  Oui  Non

Est-ce qu'un traitement a été effectué?  Oui  Non

Date prévue? \_\_\_\_\_ Date réelle? \_\_\_\_\_

Est-ce qu'un second traitement est prévu ou a été effectué?  Oui  Non

Date prévue? \_\_\_\_\_ Date réelle? \_\_\_\_\_

Est-ce qu'un troisième traitement est prévu ou a été effectué?  Oui  Non

Date prévue? \_\_\_\_\_ Date réelle? \_\_\_\_\_

Est-ce qu'il y a encore des punaises de lit au domicile?  Oui  Non

**S'il y a des punaises de lit au domicile, les parents et l'élève doivent mettre en place les mesures de réduction de la propagation au domicile.**

Réduction de la propagation à domicile

Est-ce que les vêtements et la literie ont été mis dans la sècheuse au cycle le plus chaud au moins 30 minutes?  Oui  Non  À venir (la personne s'engage à le faire)

Est-ce que les vêtements exempts de punaises de lit ont été mis dans des grands sacs de plastique fermés hermétiquement ?  Oui  Non  À venir

Est-ce qu'à chaque jour, les vêtements de l'élève sont sortis de ce sac juste avant le départ pour l'école et le sac refermé hermétiquement ?  Oui  Non  À venir

Au retour à la maison, est-ce que le sac d'école, son contenu, la boîte à goûter ou tout autre article susceptible d'être apporté à l'école le lendemain sont déposés dans un sac de plastique, bien fermé?  Oui  Non  À venir

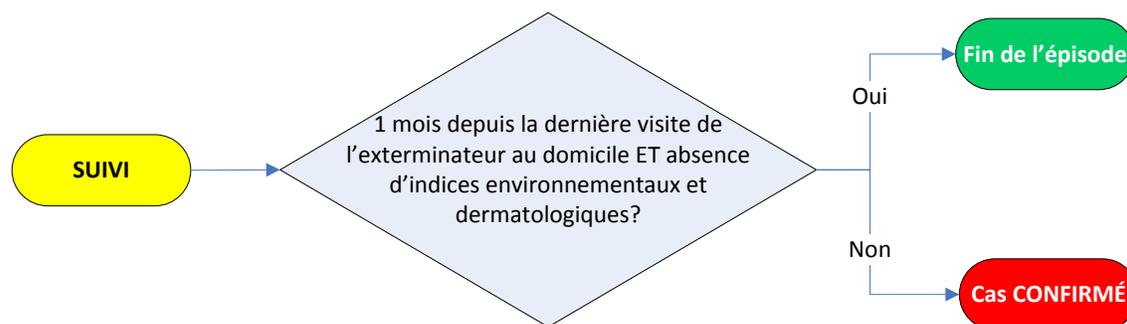
---

<sup>8</sup> Par exemple, pour rejoindre le service des inspections de la Ville de Montréal, signalez le 311.





## Grille de suivi



Date de la première extermination (jj/mm/aaaa) : \_\_\_\_\_

Date de la deuxième extermination (jj/mm/aaaa) : \_\_\_\_\_

1 mois après la dernière visite de l'exterminateur (jj/mm/aaaa) (minimum 2 visites):

Date prévue : \_\_\_\_\_ Date confirmée : \_\_\_\_\_

Est-ce qu'il y a encore des punaises de lit au domicile?  Oui  Non

Si Oui : continuer le suivi Si Non : Fin de l'épisode

Date de fin de l'épisode : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_

Date de la troisième extermination (jj/mm/aaaa) : \_\_\_\_\_

1 mois après la dernière visite de l'exterminateur (jj/mm/aaaa) :

Date prévue : \_\_\_\_\_ Date confirmée : \_\_\_\_\_

Est-ce qu'il y a encore des punaises de lit au domicile?  Oui  Non

Si Oui : continuer le suivi Si Non : Fin de l'épisode

Date de fin de l'épisode : \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_

Signature : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_



## **ANNEXE 2 : Modèle de lettre destinée aux parents**

(Insérer le logo ou le nom de l'école)

Date : \_\_\_\_\_

### **OBJET : Présence de punaises de lit**

---

Madame, Monsieur,

Nous tenons à vous informer que nous avons trouvé des punaises de lit à l'école. Bien que les écoles ne soient pas des milieux propices à la propagation de ces insectes, nous avons rapidement mis en place des mesures de contrôle et de prévention.

Les punaises de lit sont des insectes bruns de forme ovale et aplatie, sans ailes, d'une longueur de 4 à 7 mm. Elles sont visibles à l'œil nu et ressemblent à un pépin de pomme aplati. Elles se nourrissent de sang et sont actives surtout la nuit. Les punaises de lit ne donnent pas de maladies. Leurs piqûres peuvent causer des démangeaisons comme les piqûres de moustique. Contrairement aux poux, les punaises de lit ne vivent pas sur les gens mais se transportent d'un lieu à un autre en se cachant dans les effets personnels des individus.

Demeurez vigilant. Si vous voyez des punaises de lit chez vous, vous devez communiquer avec un exterminateur qualifié pour qu'il procède à l'extermination ou, si vous êtes locataire, vous devez informer rapidement votre propriétaire pour qu'il le fasse. Veuillez également aviser rapidement la direction de l'école.

Pour en savoir davantage, consultez la fiche d'information en pièce jointe ou consultez les sites internet suivants : [santemontreal.qc.ca/punaises-de-lit](http://santemontreal.qc.ca/punaises-de-lit) ou [lespunaisesdelit.info](http://lespunaisesdelit.info). Vous pouvez également appeler le service Info-Santé au 811, ou en parler avec votre médecin.

N'hésitez pas à communiquer avec la direction de l'école pour tout renseignement supplémentaire. Veuillez recevoir, Madame, Monsieur, nos sincères salutations.

Direction d'établissement

p.j. Dépliant sur les punaises de lit



# LUTTONS CONTRE LES PUNAISES DE LIT



Conseils pratiques pour prévenir  
et contrôler les infestations de  
punaises de lit

Les punaises de lit peuvent se retrouver dans tout type de résidence, luxueuse ou modeste, propre ou insalubre. Vous n'avez pas à avoir honte si ces insectes se retrouvent dans votre domicile. L'important, c'est d'agir rapidement afin de les éliminer.

## QU'EST-CE QU'UNE PUNAISE DE LIT ?

- La punaise de lit adulte est un insecte de la taille et de la couleur d'un pépin de pomme.
- Elle pique les êtres humains la nuit pour se nourrir de leur sang.
- Ses piqûres ressemblent à celles des moustiques.
- Elle fuit la lumière et se cache surtout dans les chambres à coucher, près du lit et le long des coutures du matelas.
- Elle ne vole pas et ne saute pas sur les gens. Elle se déplace en marchant.



## QUELS SONT LES PROBLÈMES DE SANTÉ LIÉS AUX PUNAISES DE LIT ?

- Les punaises de lit ne transmettent pas de maladie.
- Leurs piqûres peuvent causer des démangeaisons.
- Des infections de la peau peuvent survenir si les personnes grattent leurs piqûres.
- Différents problèmes peuvent être liés aux punaises de lit, comme un sommeil perturbé, de l'anxiété et l'isolement social.

## COMMENT LES DÉTECTER ?

Si vous ne voyez pas de punaises de lit, vérifiez les indices suivants :

- Piqûres sur la peau semblables aux piqûres de moustiques.
- Démangeaisons de la peau.
- Petites taches noires sur les coutures du matelas.
- Petites taches de sang sur les draps et sur les coutures du matelas.



## COMMENT SE PROPAGENT-ELLES ?

- En se déplaçant d'un logement à un autre.
- En étant transportées par divers objets :
  - valises, sacs à main, vêtements, etc.
  - meubles, surtout les matelas et meubles rembourrés comme les fauteuils.



## COMMENT PRÉVENIR LES INFESTATIONS DE PUNAISES DE LIT ?

Ne jamais récupérer de matelas ou de meubles laissés sur le trottoir tels que sofas, chaises, divans-lits ou futons même s'ils semblent être en bon état, car des punaises de lit peuvent s'y cacher.

Si vous vous procurez des vêtements d'occasion :

- Placez-les dans un sac de plastique scellé avant de les introduire dans la maison.
- Videz ensuite le contenu du sac directement dans la sècheuse puis mettez en marche au cycle le plus chaud pendant au moins 30 minutes, afin de tuer les punaises de lit qui pourraient s'y trouver et leurs œufs.
- Jetez le sac vide aux ordures à l'extérieur.

Si vous vous procurez des meubles d'occasion :

- Inspectez-les et nettoyez-les soigneusement avant de les introduire dans votre immeuble.
- Évitez les matelas usagés ou les meubles rembourrés d'occasion.

## QUOI FAIRE AVEC DES MATELAS OU DES MEUBLES INFESTÉS

Si l'exterminateur vous demande de jeter des meubles, rendez-les inutilisables en les déchirant ou en les détruisant avant de les mettre à la rue. Enveloppez les matelas dans des sacs de plastique avant de les sortir du logement (sacs gratuits disponibles dans les bureaux Accès Montréal).

## EXTERMINATION

Il est de la responsabilité du locataire d'informer rapidement son propriétaire de la présence de punaises de lit dans son logement.

### PRÉPARATION DU LOGEMENT AVANT L'EXTERMINATION

Pour assurer le succès de l'extermination, les locataires doivent collaborer avec leur propriétaire et suivre les consignes de l'exterminateur telles que :

- Vider les placards, les garde-robes et les tiroirs des commodes. Mettre les vêtements, la literie (draps, couvre-matelas, couvertures, couvre-lits) et les rideaux dans la sècheuse au cycle le plus chaud durant au moins 30 minutes afin de tuer les punaises de lit qui pourraient s'y trouver de même que leurs œufs.
- Placer ensuite les vêtements, literie et rideaux dans des sacs de plastique bien fermés jusqu'à ce que l'extermination soit complétée.
- Éliminer les encombrements et dégager les espaces afin de faciliter le travail de l'exterminateur.
- Passer l'aspirateur partout dans le logement, y compris sous les meubles, à l'intérieur des garde-robes, sur les plinthes au bas des murs, etc. Vider le contenu de l'aspirateur dans un sac de plastique scellé et jeter le sac aux ordures à l'extérieur de l'immeuble.
- Consulter votre exterminateur avant de jeter matelas et meubles rembourrés. S'ils sont en bon état, ils peuvent être traités.
- Ne pas apporter de nouveaux meubles dans le logement avant que l'extermination ne soit entièrement complétée.

La réussite d'une extermination réside dans la collaboration entre le locataire, le propriétaire et l'exterminateur.

### RESPONSABILITÉS DU LOCATAIRE

Le locataire doit :

- Aviser rapidement son propriétaire ou gestionnaire d'immeuble lorsqu'il constate la présence de punaises de lit dans son logement.
- Communiquer avec un représentant de la Division des permis et inspections de son arrondissement en composant le 3-1-1, si le propriétaire ne réagit pas à son avis.
- Permettre à l'exterminateur d'avoir accès à toutes les pièces de son logement.
- Maintenir le logement propre et sans encombrement.
- Suivre les consignes de l'exterminateur.

**Attention : n'essayez pas de régler vous-même le problème. N'utilisez pas d'insecticides ou d'autres produits vendus dans les commerces.** Ils peuvent nuire à votre santé et rendre les punaises plus difficiles à éliminer.

### RESPONSABILITÉS DU PROPRIÉTAIRE

Dès qu'il est avisé de la présence de punaises de lit dans un logement, le propriétaire doit :

- Entreprendre des démarches afin de corriger la situation.
- Mandater une entreprise en extermination afin d'éliminer complètement les punaises de lit à l'intérieur de l'immeuble.
- Permettre à l'exterminateur d'inspecter les aires communes, les logements adjacents au logement où la présence de punaises a été constatée, et s'il le juge nécessaire, tout autre logement, afin d'éliminer complètement l'infestation à l'intérieur de l'immeuble.

### RESPONSABILITÉS DE L'EXTERMINATEUR

L'exterminateur doit :

- Prendre tous les moyens à sa disposition pour détecter la présence de punaises de lit dans toutes les pièces d'un logement, dans les logements adjacents et, s'il le juge nécessaire, dans tout autre logement.
- S'assurer que les punaises de lit soient détruites à tous les stades de leur développement. L'exterminateur doit donc retourner au moins une fois sur les lieux après le traitement initial, afin de s'assurer que les punaises de lit ont toutes été éliminées.
- Éviter d'utiliser inutilement des insecticides. Les matelas et les meubles rembourrés peuvent généralement être traités avec de la vapeur chaude.
- Détenir un permis du ministère du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques et employer des techniciens certifiés.

## POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS :

lespunaisesdelit.info  
ou composez le 311

Production : Ville de Montréal (ville.montreal.qc.ca), Direction de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal (santemontreal.qc.ca) et Office municipal d'habitation de Montréal (omhm.qc.ca)

## ANNEXE 3 : Démarche d'intervention pour l'extermination au domicile

En présence de punaises de lit au domicile :

### Si vous êtes propriétaire :

- 1- Demandez à un exterminateur qualifié (détenant un permis et un certificat du ministère du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques) de venir procéder à l'extermination. Les méthodes efficaces d'extermination sont présentées dans un guide à l'intention des propriétaires<sup>9</sup>.

### Si vous êtes locataire :

- 1- Signalez rapidement au propriétaire la présence de punaises de lit verbalement, puis par écrit, en décrivant de façon précise le problème et demandez des actions rapides. Remettez le dépliant *Luttes contre les punaises de lit* (**disponible en annexe**) au propriétaire. Prenez soin d'expédier l'avis écrit (par courrier recommandé) de façon à obtenir un accusé de réception et de conserver une copie de la correspondance.

*Note : Le propriétaire est responsable de s'assurer que l'exterminateur a éliminé les punaises de lit dans tout son immeuble. Il doit donner accès à tous les appartements, lieux communs, sous-sol, grenier, etc.*

- 2- Si votre propriétaire ne fait rien dans un délai raisonnable (maximum 10 jours) suivant la réception de la lettre :
  - Adressez une demande au service d'inspection de la municipalité<sup>10</sup>, en incluant les copies de la correspondance et des preuves (ex.: photos) si disponibles;

*Note : Dans certains cas, les municipalités pourront assurer la salubrité des immeubles sur leur territoire pourvu qu'elles aient une réglementation municipale<sup>11</sup> sur la nuisance ou l'insalubrité. L'évaluation que fera la municipalité de la situation sur son territoire, de même que sa capacité à supporter et prendre en charge ce volet, peuvent varier.*

---

<sup>9</sup> Voir « Les punaises de lit : mieux les connaître, pour mieux les combattre », guide pratique de la Direction de santé publique de l'Agence de la santé de Montréal et de la Ville de Montréal à l'intention des propriétaires, exploitants et gestionnaires d'immeubles : <http://www.santemontreal.qc.ca/punaises-de-lit>

<sup>10</sup> Par exemple, pour rejoindre le service des inspections de la Ville de Montréal, composez le 311.

<sup>11</sup> [www.mamrot.gouv.qc.ca/amenagement-du-territoire/guide-la-prise-de-decision-en-urbanisme/protection-de-lenvironnement/reglements-sur-lenvironnement-la-salubrite-la-securite-et-les-nuisances/](http://www.mamrot.gouv.qc.ca/amenagement-du-territoire/guide-la-prise-de-decision-en-urbanisme/protection-de-lenvironnement/reglements-sur-lenvironnement-la-salubrite-la-securite-et-les-nuisances/)

- Si un service d'inspection n'est pas disponible, communiquez avec la Régie du logement du Québec<sup>12</sup>. Si votre propriétaire refuse de donner suite à la requête et de corriger la situation, de l'information plus détaillée sur les recours possibles (mise en demeure, dépôt d'une demande) est disponible dans les bureaux régionaux de la Régie du logement.
- Vous pouvez également demander l'aide d'un organisme communautaire de défense des droits des locataires tel que le comité logement de votre région. Renseignez-vous auprès du Regroupement des comités logement et association de locataires du Québec (RCLALQ) pour connaître le comité logement de votre secteur<sup>13</sup>.

---

<sup>12</sup> [www.rdl.gouv.qc.ca](http://www.rdl.gouv.qc.ca)

<sup>13</sup> [www.rclalq.qc.ca](http://www.rclalq.qc.ca)



**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
du Centre-Est-de-  
l'île-de-Montréal**

**Québec** 