

# LA PUNAISE DE LIT

*Cimex lectularius*  
Linnaeus, 1758

Ordre des Hémiptères



## JE ME PRÉSENTE !

Je suis une **punaise de lit** de l'espèce *Cimex lectularius*, la plus répandue dans le monde. Insecte hématophage, je me nourris de sang et vis à vos côtés depuis des milliers d'années. Présente dans quasiment dans toutes les régions du monde, mon expansion est corrélée aux déplacements humains.

## À QUOI JE RESSEMBLE ?

Je mesure 4 à 7 millimètres et je suis brune voire beige, les plus jeunes nymphes sont transparentes. Comme tous les insectes mon corps est séparé en 3 parties (tête, thorax et abdomen) et au cours de l'évolution, j'ai perdu mes ailes. Mon corps très aplati me permet de me cacher dans des recoins qui vous sont difficilement accessibles. Une manière simple de savoir si je me cache à un endroit est de chercher mes déjections qui forment des petits points noirs principalement constitués de sang digéré. Elles contiennent aussi des phéromones, je repère mon chemin grâce à elles.

## OÙ JE VIS ?

Je vis à proximité de mes proies. Mon hôte de prédilection est l'humain, chez qui je me cache dans les habitations, mais je m'accommode aussi les chauves-souris. Je suis active la nuit et reste cachée en journée dans des anfractuosités.

Dans les habitations, je profite d'un climat doux très favorable à mon développement où je n'ai pas à me soucier du froid hivernal. Aix-en-Provence étant une ville touristique avec des flux humains importants, on m'y a bien sûr, déjà aperçu.

## MON CYCLE DE VIE

Je suis née d'un œuf et il me faut passer par cinq stades de développement avant de devenir adulte. Cela prend entre 3 et 15 jours pendant lesquels je dois me nourrir au moins une fois. Je suis nocturne et fuis la lumière artificielle et naturelle. Grégaire, je vis en colonie d'où la qualification d'infestation lorsque nous sommes nombreuses. Une fois adulte, arrive le temps de la reproduction. 3 à 10 jours et un repas de sang après m'être reproduite, je vais pondre mes œufs par groupes de 15 par jour maximum et jusqu'à 200 dans toute ma vie. Adulte, je peux vivre entre 6 et 24 mois.

## MON RÉGIME ALIMENTAIRE

Je me nourris de votre sang grâce à mes pièces buccales spécialisées dans la piqûre et l'aspiration. Je plante mon rostre, une sorte de paille rigide, dans la peau jusqu'à atteindre un vaisseau sanguin. Ma salive anticoagulante m'aide à aspirer le sang. Mes repas durent 10 à 20 minutes. Je me nourris tous les 3 à 10 jours, mais quand je ne trouve pas de proie, je peux rester 1 à 2 ans sans me nourrir. Les chauves-souris peuvent me servir d'hôtes et plus rarement les animaux de compagnie.

## MES PRÉDATEURS

Parmi mes prédateurs, on retrouve d'autres occupants des habitations humaines, comme des araignées et la scutigère vélocité. Certains mille-pattes (chilopodes), punaises et pseudo scorpions me consomment. Sans être prédateur, les humains représentent une importante cause de mortalité pour mon espèce.



## LES HUMAINS ET MOI

Je suis responsable de trois types d'atteintes à la santé humaine :

- En cas d'infestation sévère d'un logement, des prélèvements de sang importants et répétés peuvent entraîner une anémie, particulièrement chez les enfants.
- Des réactions allergiques à la salive dont certaines peuvent être sévères
- Une atteinte psychologique.

À ce jour, aucune étude scientifique n'a mis en évidence de transmission d'agents pathogènes par mes piqûres.

## LE MOT DU SERVICE SANTÉ ENVIRONNEMENTALE

Les piqûres produisent des boutons sur la peau, ronds, rouges et souvent groupés en ligne droite et qui démangent. Une fois les punaises ou leurs déjections misent en évidence, un traitement du logement s'impose.

La ville d'Aix-en-Provence n'effectue pas de traitement contre les punaises de lits, mais le service santé environnementale peut donner des conseils pour organiser la lutte contre les punaises en cas d'infestation de votre logement.