

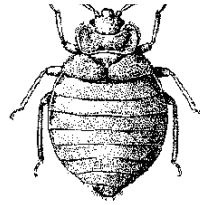


PORTLAND MAINE

Strengthening a Remarkable City, Building a Community for Life • www.portlandmaine.gov

Health & Human Services Department
Douglas S. Gardner, Director

Public Health Division
Julianne A. Sullivan, MPH, MBA, Director



Bed Bugs/Punaises

Les punaise que sont-elles?

Les punaises sont de petites insectes bruns, plats et de forme ovale. Elles s'alimentent du sang humain et de petits animaux ou des oiseaux et peuvent passer plusieurs semaines sans manger. Elles ne volent ni sautent mais se meuvent rapidement. Restées cachées pendant la journée, elles sortent la nuit. Elles pondent plusieurs petits oeufs qui donnent naissance aux plus jeunes punaises.

What are bed bugs?

Bed bugs are small, brownish-reddish, flat, oval-shaped insects. They feed on human blood and also small animals or birds and may live for many weeks without eating. They do not fly or hop but are fast-moving. They usually come out at night and stay hidden during the day. They lay many small white eggs that hatch into more young bed bugs.

Comme les punaises sont petites et plates, elles peuvent se cacher dans les petites fentes et se mouvoir facilement d'un lieu à un autre. Elles entrent dans votre maison par des effets comme les fournitures, les habits, les draps de lit ou les valises. Les cachettes courantes incluent les coutures de matelas, les fissures du plancher, les tapis, les basebords et les fournitures. Elles se trouvent dans les lieux de rencontre comme les salles de conférences., les abris, les bus, les trains et les hotels.

How did they get here?

Because bed bugs are small and flat, they can hide in small cracks and move easily from place to place. They get into your house on things like furniture, clothing, bed sheets and suitcases. Common hiding places include mattress seams, floor cracks, carpeting, baseboards and furniture. They are more likely to be where people come and go a lot, such as theaters, shelters, buses, trains, and hotels.

Les punaises piquent la peau pour sucer le sang. Ceci cause des gonflements ou des eruptions rouges comme d'autres piqûres de punaises. Ces piqûres peuvent démanger ou peuvent s'infecter si grattées à plusieurs reprises. Un grand nombre de punaises peuvent exhiler une odeur parfumée et vous pouvez voir des taches de sang sur les draps de lit et tout autour de leurs cachettes.

What are the signs and symptoms of bed bugs?

Bed bugs jab into the skin to suck blood for their feedings. This causes areas of swelling or red bumps like other bug bites. The bites may itch and can become infected if scratched repeatedly. Large numbers of bed bugs can cause a sickly sweet-smelling odor and you may see bloody or dark spots on bed sheets, posts or frames and around their hiding places.

Aucun médicament n'est nécessaire pour traiter les piqûres. Un produit pharmaceutique comme la Calamine peut aider à arrêter les démangeaisons. Pour de graves démangeaisons, ou si il y a de signes d'infection comme la rougeur, la fièvre, la douleur, le suintement, voir votre docteur. Les punaises ne sont pas connues comme vecteurs de maladie.

How are bed bug bites treated?

No medicine is usually needed to treat the bites. A drug store product like Calamine lotion may help to stop the itching. For really bad itching, or if there are signs of infection, like redness, fever, pain, or oozing, see your doctor. **Bed bugs are not known to carry disease.**

La lutte contre les punaises demande des efforts et une méticuleuse planification. Les pesticides sont nécessaires pour les tuer mais elles peuvent être nocives à la santé humaine en cas de mauvais usage. Pour cette raison, il est mieux de contacter une compagnie de lutte contre les pestes pour les éliminer de manière saine. Avant que les agents de lutte contre les pestes arrivent vous devriez:

1. **Ramasser les jouets, livres, les plats et autres effets pouvant être sur le plancher ou sur les fournitures et les évacuer. Ils sont sur le chemin des travailleurs et sont aussi de bonnes cachettes pour les punaises.**
2. **Lessiver tous les habits, literie, et autres articles lavables dans l'eau chaude et les sécher dans un séchoir chaud. Ne pas les amener dans la maison avant qu'elle n'ait été pulvérisée.**
3. **Epousseter consciencieusement les planchers, les murs, les fournitures et les matelas. Jeter le sac du vacuum dans un sac de déchets étanchement fermé avec un adhésif après usage.**
4. **Il est conseillé de jeter les matelas une fois que les punaises les pénètrent. Quand cela n'est pas possible, les travailleurs devront pulvériser les parties du lit et vous aurez alors besoin d'acheter une housse-matelas et une taie d'oreiller en plastique pour chaque lit.**
5. **Vous devez quitter la maison pendant que les travailleurs sont là et attendre deux heures par après pour éviter d'être endommagé par la vaporisation. Quelquefois, peu de punaises survivent. Dans ce cas, appelez les travailleurs de revenir pour une seconde vaporisation de la maison.**

How do you get rid of bed bugs?

Control of a bed bug problem needs careful planning and effort. Pesticides are needed to kill them but they can harm humans if used in the wrong way. For that reason, it is best to contact a local pest control company to get rid of them safely. Before the pest control workers arrive you should:

1. **Pick up toys, books, dishes and other belongings that may be on the floor or on the furniture and put them away. They get in the way of the workers and are also good places for bed bugs to hide.**
2. **Wash all clothing, bedding, and other washable items in hot water and dry them in a hot dryer. Do not bring them back into the house until after it has been sprayed.**
3. **Vacuum floors, walls, furniture and mattresses thoroughly. Throw away the vacuum bag in a sealed trash bag after use.**
4. **It is best to throw away mattresses once bed bugs get into them. If this is not possible, the workers may be able to spray parts of the bed and you will then need to buy a zippered vinyl mattress cover and vinyl pillowcases for each bed. Leave these covers on for six months to a year.**
5. **You must leave the house while the workers are there and wait until two hours afterwards to avoid being hurt by the spray. Sometimes, a few bed bugs remain. If so, call the workers to come back to spray the house a second time.**