

---

## BED BUGS (BEDWANTSEN, CIMEX LECTULARIUS)

---

### WAT ZIJN BED BUGS ?

Bed bugs (*Cimex lectularius*, bedwants, wandluis) zijn insecten behorend tot de wantsen (*Heteroptera*), familie *Cimicidae*. Het zijn 5 tot 6 millimeter lange roodbruine tot bruine insecten met een breed en afgeplat lichaam. Bed bugs leven in en rond bedden. Overdag verstoppen ze zich in en achter het bed en in de matras, 's nachts komen ze tevoorschijn en steken de slapende mens en zuigen zich vol met bloed. De steken kunnen hevig jeukende bulten veroorzaken.

### KOMEN BED BUGS OOK IN NEDERLAND VOOR ?

Helaas nu weer wel. In Nederland kwamen bed bugs (bedwantsen) niet meer voor tot voor kort, ze waren uitgeroeid door insecticiden gebruik (DDT) in de jaren 50. In de rest van de wereld, vooral in arme en tropische landen komen ze volop voor. Tegenwoordig verspreidt de bed bug zich weer over de hele wereld. Bed bugs komen inmiddels voor in New York en in hotels in de grote Europese steden, en sinds 2007 ook in Amsterdam. De bedwantsen reizen mee met de toeristen, ze verstoppen zich in koffers en rugzakken en kruipen daar later weer uit. Ze beginnen een plaag te worden, en zijn steeds moeilijker te bestrijden omdat ze resistent zijn geworden voor insecten bestrijdingsmiddelen.



### WAT VOOR KLACHTEN VEROORZAKEN BED BUGS ?

Bed bugs komen 's nachts tevoorschijn en gaan op zoek naar een bloedmaaltijd. Ze komen af op uitgeademde CO<sub>2</sub> en lichaamswarmte. Bed bugs kunnen overal steken, maar favoriet zijn de benen en armen en de nek en de rug. De bed bug heeft een steeksnuit waarmee hij de huid doorboort. Daarin loopt een buisje waardoor de bedwants verdovende en antistollende stoffen inspuit. Hierdoor voelt men de beet niet en stolt het bloed minder snel zodat de bedbug het bloed makkelijk kan opzuigen. Deze stoffen kunnen echter hevige jeuk veroorzaken, bij de ene patiënt meer dan bij de ander. De steken van de bedwants lijken op muggenbulten. Het zijn kleine, rode jeukende bultjes. Soms liggen ze in een rij achter elkaar: deze rijtjes zijn veroorzaakt door een bedwants die gestoord werd tijdens het bloed zuigen en meerdere malen kort na elkaar geprikt heeft. Dit is typisch voor bed bugs. Een ander verschil met muggenbulten is dat muggenbulten zitten op plaatsen die niet onder de dekens lagen en bereikbaar waren voor muggen, terwijl bed bugs steken juist onder de dekens gebeuren.

Bed bug steken kunnen hevig jeuken, vaak worden ze opengekrabd, soms ontstaan huidinfecties en littekens. Het kan wel een week duren voordat de bultjes niet meer jeuken. Na enkele weken is er meestal niets meer van te zien. Bed bugs kunnen ziektes overbrengen, maar dit komt zelden voor. De aanwezigheid van bedbugs in een woning veroorzaakt ernstige stress, gestoorde nachtrust, en psychische klachten. Plus grote frustraties omdat de bedbugs zeer moeilijk te bestrijden zijn.



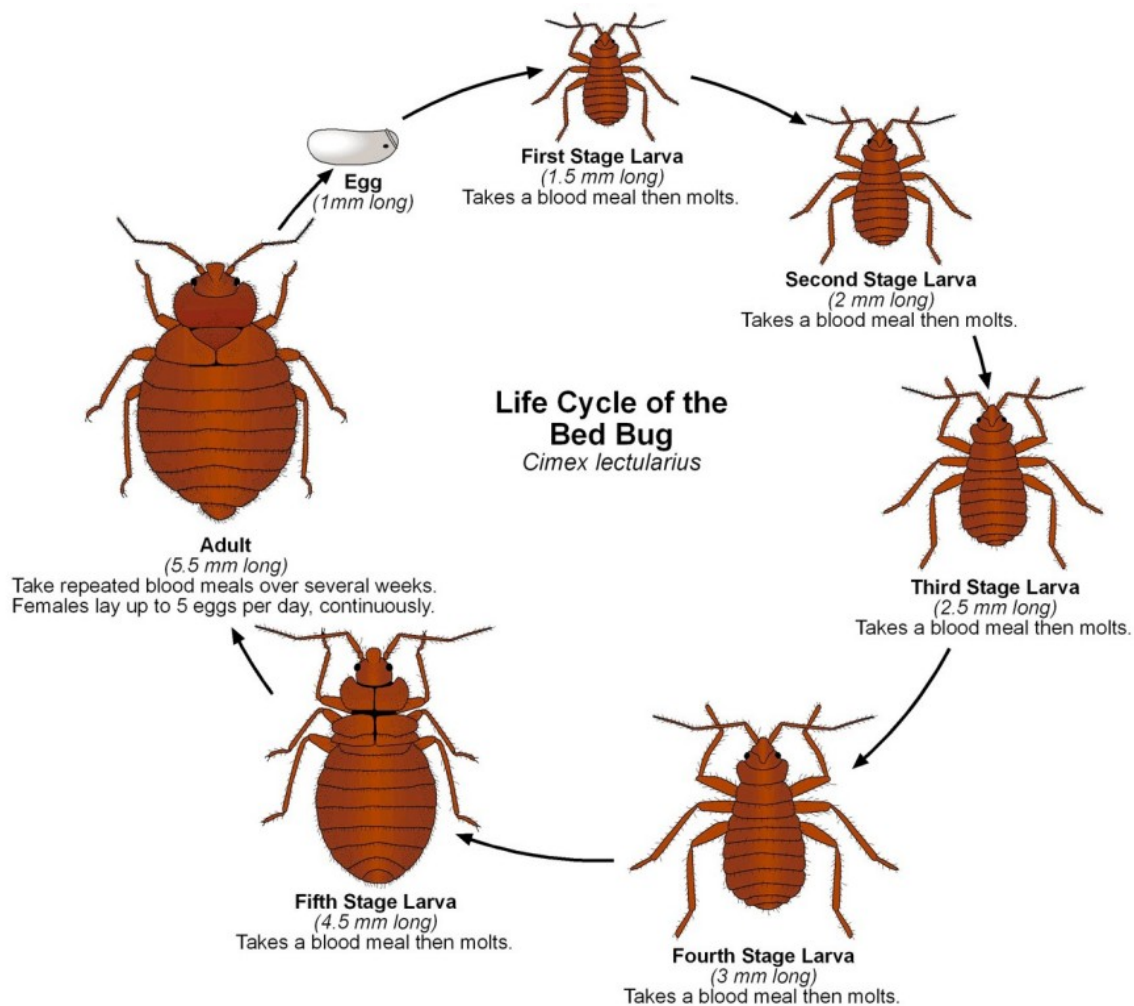
### HOE WEET IK OF IK BED BUGS IN HUIS HEB ?

Bedbugs zijn vermoedelijk aanwezig als er rijtjes van insectenbeten verschijnen, maar het is pas zeker als ze kunnen worden gevonden in het bed of in de slaapkamer. De bedbugs zijn meesters in verstoppen, zijn overdag bijna niet te vinden. Door hun afgeplatte vorm kunnen ze zich in kleine spleetjes en onder textiel randjes verstoppen. Ze kruipen onder plinten, verstoppen zich in plooien van het beddengoed, achter en onder het bed, achter het behang, in stopcontacten, in kasten en laden. Zoek onder plooien en in zomen, zoek naar bloedvlekken. Boxspring matrassen (vaak in hotels en appartementen aanwezig) zijn de ideale verstopplek.



## LEVENSCYCLUS VAN DE BED BUG (CIMEX LECTULARIUS)

De bevruchting van de bedwants vindt niet zachtzinnig plaats: het mannetje boort een gat in het vrouwtje om de eitjes te bevruchten. De vrouwtjes leggen enkele tot ongeveer 10 eitjes per dag, in totaal ongeveer 200 gedurende hun leven. Uit een ei komt na ongeveer 2 weken de nimf tevoorschijn, een miniversie van de bedbug, die uiterlijk al op de ouders lijkt. Deze nymfe ondergaat een aantal vervellingen en is na zes weken volwassen.



Naast de *Cimex lectularius* komen er nog andere soorten bedwantsen voor. In de Tropen komt vooral *Cimex hemipterus* voor, die ook bloed zuigt bij vleermuizen en vogels. In West-Afrika en Zuid-Amerika komt *Leptocimex boueti* voor, die ook leeft van mensen- en vleermuizenbloed.

## WAT KAN IK DOEN AAN DE JEUK ?

Overleg met uw arts wat u moet doen tegen de jeuk. Spoelen met warm water helpt. Lokale anti-jeuk producten (menthol, anti-muggen-bult producten) helpen ook. Het is mogelijk om kortdurend een krachtige ontstekingsremmende crème (corticosteroid) te gebruiken. Uiteindelijk zal de jeuk vanzelf overgaan. Als u ernstige jeuk heeft of last van benauwdheid (allergische reactie), neem dan direct contact op met een dokter. Soms moeten geneesmiddelen worden voorgeschreven (anti-jeuk tabletten, anti-histaminica, prednison).

## HOE KAN IK BED BUGS BESTRIJDEN ?

De bedbugs zijn zeer moeilijk te bestrijden. Ze zijn meesterverstoppers en kunnen lang (1 - 1.5 jaar) overleven zonder een bloedmaaltijd nodig te hebben. Ze zijn steeds meer resistent tegen insectenverdelgers. Ze kunnen nesten hebben in vloeren, kasten, achter plinten, in meubels, enzovoorts.

Om bedbugs te bestrijden moeten alle kledingstukken en al het beddengoed op 60 graden of heter gewassen worden. Daarna moet gif worden gebruikt om alle nesten en levende parasieten te bestrijden, die zich in meubels en kieren van vloeren en dergelijke, verstopt houden. Schakel hiervoor een gespecialiseerd verdelgingsbedrijf in, bijvoorbeeld Rentokil (0800-BESTRIJDING / 0800-2378745) of een soortgelijk professioneel bedrijf. Neem zonodig contact op met de gemeente, de GGD voor advies. Ook het verwarmen van de gehele kamer tot 50-55 graden met bouwkachels is een optie.

Alle kieren in huis moeten gedicht worden, oppervlakten moeten vlak en schoon zijn, loszittend behang moet worden verwijderd. Dekens, kussens en matrassen moeten mogelijk vervangen worden. Tapijt moet worden verwijderd of gereinigd. Hete stoom apparatuur kan worden gebruikt, mits heet genoeg om in de verstoppplaatsen een temperatuur van boven de 45 graden te bereiken.

Behandel alle voorwerpen (uitgezonderd kinderspeelgoed) met spray tegen ongedierte die geschikt is om de bedwants te doden (te koop in speciaalzaken). Behandel alle kieren en naden.

Gebruik zonodig lijmvelen of bakjes gevuld met water rond de poten van het bed om te controleren op de aanwezigheid van bedbugs.

Mogelijk is het zinvol om na een bepaalde periode de behandeling te herhalen. Lees goed de gebruiksaanwijzing op de verpakking.

Voorwerpen die besmet zijn niet uit huis verplaatsen voor de behandeling heeft plaatsgevonden, om verspreiding te voorkomen.

Voorkomen is ook belangrijk. De bedbugs reizen mee vanuit andere delen van de wereld, in kleding, koffers, tassen, cadeautjes, enzovoorts. Als u vaak reist, controleer dan uw koffer zorgvuldig bij thuiskomst. Houdt de koffer gesloten en apart, was de inhoud op 60 graden indien mogelijk.

