LE SAVIEZ-VOUS ?

La maladie de Lyme n'est **pas contagieuse** entre les individus. Elle peut s'attraper lors d'une piqûre de tique.

Près de 30% des tiques seraient vectrices de maladies infectieuses.

Parmi elles, 15% porteraient la bactérie responsable de la maladie de Lyme

La Nouvelle-Aquitaine est une des 4 régions les plus concernées par la présence de tiques.

- selon une étude de l'Inrae -

6 QUE FAIRE APRÈS UNE PIQÛRE ?

Une fois que la tique a été retirée,
CONSULTEZ UN MÉDECIN EN CAS D'APPARITION :

- **de symptômes** (fatigue, douleurs articulaires, fièvre, maux de tête...) plusieurs semaines après la piqûre,

- **d'une plaque rouge** centrée sur le point de piqûre et qui s'étend en cercle (peut apparaître dans 80% des cas de Borréliose).

APRÈS CONFIRMATION DU DIAGNOSTIC, LE MÉDECIN POURRA VOUS PRESCRIRE UN TRAITEMENT ANTIBIOTIQUE ADAPTÉ.

Sans traitement, d'autres symptômes neurologiques ou articulaires peuvent apparaître quelques semaines, mois voire même quelques années plus tard.

Département communication ARS Nouvelle-Aquitaine - Mai 2021

Créa & Impression REPROFLEX

Quand la tique attaque...

Prévenir les piqûres de tiques responsables de la maladie de Lyme

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine

Quand la tique attaque ...

La repérer et s'en protéger

1 QU'EST-CE QU'UNE TIQUE ?

La tique est un acarien parasite visible à l'œil nu mais **de très petite taille.** La croissance de la tique passe par trois stades : la larve (0,5 mm), la nymphe (1 mm) et l'adulte (3 mm).

Les tiques se nourrissent de sang animal ou humain. Elles sont plus actives d'avril à novembre.

2 POURQUOI S'EN MÉFIER ?

Au moment de la piqûre, la tique peut transmettre une bactérie responsable d'**une maladie : la Borréliose de Lyme.** Si c'est le cas, et en l'absence de traitement, **des signes neurologiques peuvent apparaître quelques semaines ou années après la piqûre** : fatigues intenses, paralysie du visage, atteinte des nerfs, du cerveau ou des articulations...

La piqûre d'une tique est **indolore et peut passer inaperçue.** Il est important de s'inspecter tout le corps !

3 OÙ LA RENCONTRE-T-ON ?

Les tiques vivent dans des zones boisées et humides comme les forêts, parcs, talus, prairies ou jardins.

Les personnes les plus exposées sont :
- **les professionnels qui travaillent dans la nature** : bûcherons, sylviculteurs, gardes-forestiers, gardes-chasse, gardes-pêche, jardiniers...
- **les amateurs d'activités «nature»** : promeneurs et randonneurs en forêt, sportifs, campeurs, chasseurs, cueilleurs de champignons.

4 COMMENT ÉVITER LES PIQÛRES DES TIQUES ?

> Avant et pendant une activité :

- Portez des **vêtements couvrants et clairs** (afin de repérer rapidement les tiques), serrés au cou, aux poignets et aux chevilles **(rentrer le bas du pantalon dans les chaussettes)**, des **chaussures fermées** et des gants clairs en cas de travail manuel,
- Si vous utilisez des produits anti-tiques, vaporisez de préférence les vêtements et les chaussures (attention aux contre-indications pour les enfants et les femmes enceintes),
- Restez sur les chemins, **évitez hautes-herbes** et broussailles,
- Emportez une **natte ou une serviette** pour s'asseoir ou s'allonger,
- Pensez à **prendre avec vous un tire-tique** et du désinfectant (plus vite on retire correctement la tique, plus on réduit le risque),
- **Examinez** régulièrement les vêtements et les parties du corps qui sont entrés en contact avec la végétation pour déloger les tiques qui ne se fixent pas immédiatement.

> Après la fréquentation d'un milieu à risque :

- **Inspectez ou faites examiner minutieusement votre corps :** la tique peut être minuscule et se cacher dans des plis. **Les parties du corps les plus exposées sont les endroits chauds et humides où la peau est plus fine** (pli des genoux et des coudes, aisselles, orteils, organes génitaux, cuir chevelu, oreilles...). Utilisez un miroir si vous êtes seul(e).
- Prenez une douche ou un bain,
- Lavez vos vêtements
- Vérifiez régulièrement le pelage de vos **animaux domestiques.**

Ne surtout pas comprimer ou écraser le corps de la tique ni tenter de la tuer avec de l'éther, de l'huile, de l'alcool, du vernis ou une flamme car cela risquerait de lui faire régurgiter les bactéries qu'elle pourrait contenir.
Utilisez un tire-tique ! C'est la seule façon d'enlever une tique en toute sécurité.

5 COMMENT RETIRER LA TIQUE ?

Utilisez un tire-tique pour éviter de l'écraser !

Pour retirer la tique et minimiser les risques d'infection, utilisez un tire-tique (disponible en pharmacie) :

1. Glissez le crochet sous la tique sans l'écraser, au plus près de la peau.
2. Tournez doucement jusquà ce que la tique se décroche.
3. Désinfectez la zone de morsure et lavez-vous soigneusement les mains.
4. Surveillez l'évolution de la zone piquée durant le mois suivant. *(voir verso - Que faire après la piqûre ?)*