



## TIQUES : SE PROTÉGER DE LA MALADIE DE LYME

La Nouvelle-Aquitaine est concernée par la maladie de Lyme ou Borréliose de Lyme et plus particulièrement, ses départements de l'ex-Limousin, avec 1700 nouveaux cas chaque année. Cette maladie intervient chez l'homme suite à la piqûre d'une tique porteuse de la bactérie (*Borrelia*). Des mesures de prévention simples permettent de se protéger.

### Pourquoi faut-il se méfier des tiques ?

La tique est un parasite de très petite taille, ce qui la rend difficilement visible à l'œil nu. Présente notamment dans tous les milieux humides que **nous sommes amenés à fréquenter régulièrement ou occasionnellement** (forêts, bois, talus, prairies, jardins et parcs des villes...), il est opportun de faire connaître les réflexes de prévention au plus grand nombre. **En effet, grâce à ces mesures adéquates, il est possible de prévenir l'apparition de la maladie de Lyme (voir au verso).**

### Où la rencontre-t-on ?

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, randonneurs, campeurs, chasseurs, pêcheurs, jardiniers, ...

**Mais ces conseils s'adressent à tous puisqu'ils concernent également les activités suivantes :** pique-nique en forêt, pause sur une pelouse dans un parc, colonies de vacances, ...

### Que faire après une piqûre ?

Toutes les tiques ne sont pas infectées par la bactérie responsable de cette maladie. Cependant, la réaction de la peau suite à la piqûre est très distinctive et doit inciter à **consulter rapidement son médecin ou un pharmacien**. En effet, dans les jours ou semaines qui suivent la piqûre de la tique, la maladie de Lyme apparaît **généralement sous la forme d'une plaque rouge qui s'étend en cercle** (érythème migrant) à partir de la zone de piqûre puis disparaît en quelques semaines.



En l'absence de traitement, **la maladie de Lyme entraîne des signes neurologiques et rhumatologiques qui peuvent être graves** : paralysie du visage, atteinte des nerfs et du cerveau ou des articulations peuvent apparaître quelques semaines ou années après la piqûre. Il faut noter que cette maladie n'est pas contagieuse.

---

## RAPPEL DES BONS RÉFLEXES DE PRÉVENTION

### Avant l'activité en plein air : éviter de se faire piquer par une tique.

- Porter des vêtements couvrants et clairs afin de repérer rapidement les tiques.
- Vaporiser vêtements et chaussures de produits anti-tiques (en respectant les contre-indications pour les enfants et les femmes enceintes).
- Utiliser un produit anti-tiques pour vos chiens et chats.

### Pendant et après l'activité en plein air : retirer le plus rapidement possible les tiques.

En effet, plus la piqûre est longue, plus le risque de développer la maladie augmente.

- Repérer au cours de la promenade la tique sur ses vêtements, ou la sentir progresser avant qu'elle ne se fixe sur la peau.
- S'inspecter ou se faire examiner par un proche minutieusement le corps entier, cuir chevelu compris.
- Retirer la tique le plus rapidement possible à l'aide d'un tire-tique en glissant le crochet sous la tête de la tique et en tournant le tire-tique. Après l'avoir enlevée, désinfecter la peau avec un antiseptique.
- Surveiller l'apparition d'une éventuelle plaque rouge qui s'étend autour de la piqûre. En cas de doute, consulter son médecin ou son pharmacien.

---

L'agence régionale de santé Nouvelle-Aquitaine réalise actuellement une campagne sur ce sujet, retrouvez tous les informations et les documents de prévention sur <https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/maladies-transmission-vectorielle>



Contacts presse  
Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine

Service communication  
[ars-na-communication@ars.sante.fr](mailto:ars-na-communication@ars.sante.fr)

Aurélie RIQUELME (05 57 01 44 96)  
Marie-Claude SAVOYE (05 47 47 31 45)  
Nelly DURIX (05 57 01 44 14)

Prévenir les piqûres de tiques porteuses de la maladie de **Lyme**