

ATTENTION AUX TIQUES !



COMMENT SE PROTÉGER ?

Chers membres,

Nous tenons à vous informer ou vous rappeler que des tiques sont présentes sur le parcours.

Vous devez être très prudents avec ces insectes pouvant transmettre la maladie de Lyme.

C'est pourquoi nous vous indiquons comment retirer une tique.

Méthode n°1 : à la pince ou au crochet spécial tiques

À l'aide d'une pince fine (pince à épiler) ou d'une pince spéciale vendue en pharmacie, agripper la tique le plus près possible de la peau et tirer doucement mais fermement vers l'extérieur. Ne pas faire tourner la tique ni la secouer, ce qui risque de détacher le corps de la tique de la partie qui mord la peau. Si cela arrive, détacher la partie restante avec la pince à épiler. En cas d'échec, la laisser en place et laisser la peau cicatriser. Appliquer un antiseptique sur la zone (alcool, produit iodé, etc.) La peau peut être enflée autour de l'endroit où la tique s'est fixée. Utilisez un crochet spécial tiques peut donc être une alternative intéressante à la pince. Ces crochets sont généralement très efficaces, peu coûteux et faciles à transporter.

Un tire tique et du désinfectant sont disponibles à l'accueil en cas de besoin.

Quand consulter en cas de morsure de tique ?

Consultez un médecin si :

- vous avez été mordu par une tique et vous êtes enceinte (chez la femme enceinte, toute morsure de tique fait l'objet d'un traitement antibiotique préventif) ;
- votre enfant de moins de 8 ans a été mordu ;
- une plaque rouge se développe autour d'une piqûre ancienne et s'étend (dans ce cas, ne tardez surtout pas) ;
- la tique est restée implantée plus de 36 heures ;
- vous avez eu des piqûres multiples ;
- vous ne savez pas depuis quand la tique était présente mais, au moment de l'extraction, elle était gorgée de sang ;
- vous êtes immunodéprimé (traitement *immunosuppresseur*, VIH...) ;
- après examen, votre médecin traitant pourra vous prescrire, si nécessaire, un [traitement par antibiotiques](#).

À RETENIR

Prévenir les morsures de tiques

Lors de vos promenades en forêt ou en zone rurale, portez des vêtements longs, qui couvrent les bras et les jambes, serrent les poignets et les chevilles, de couleur claire de préférence de façon à repérer plus facilement la présence de tiques. Mettez des chaussures fermées.

Vous pouvez également appliquer des répulsifs sur les parties découvertes. Mais attention, ceux-ci sont contre-indiqués chez la femme enceinte et le petit enfant. Leur efficacité n'est par ailleurs pas formellement démontrée. Il existe aussi des répulsifs vestimentaires qui ont les mêmes contre-indications.

Bon été à toutes et à tous.