

LES FAITS :

LES TIQUES ET LA MALADIE DE LYME



TRAVAIL ET LOISIRS EN PLEIN AIR : COMMENT PRÉVENIR LES MORSURES DE TIQUES

Les tiques porteuses de la maladie de Lyme vivent dans les terrains boisés, les herbes hautes et les buissons. Protégez-vous.

Vêtements :

- Portez des vêtements de couleur claire; il est plus facile de voir les tiques ainsi.
- Portez des chaussures fermées, des chaussettes, une chemise à manches longues rentrée dans le pantalon, et le bas du pantalon rentré dans les chaussettes.
- Les tiques aiment les conditions humides – avant de laver vos vêtements portés dehors, mettez-les à la sècheuse à température élevée pendant 60 minutes pour éventuellement tuer les tiques.

Utilisez un insectifuge :

- Utilisez un insectifuge pour les tiques à base de DEET ou d'icaridine sur les vêtements et sur la peau exposée (suivez attentivement le mode d'emploi du fabricant).

Cherchez les tiques :

- Vérifiez au moins une fois par jour que vous n'avez pas de tiques sur vos vêtements et votre corps, surtout dans l'aîne, les aisselles, le cuir chevelu, et derrière les oreilles et les genoux.
- Utilisez un miroir pour vérifier l'arrière de votre corps ou demandez à quelqu'un de le faire.
- N'oubliez pas de chercher les tiques sur les enfants.

ontario.ca/maladiedelyme

Chassez les tiques en vous lavant :

- En rentrant de votre sortie en plein air, prenez une douche dès que vous pouvez afin de trouver facilement les tiques sur vous et de les enlever.

COMMENT ENLEVER UNE TIQUE

1. Ne vous servez pas de vos doigts! Utilisez une pince à épiler à bouts fins pour attraper la tique aussi près de la peau que possible.
2. Tirez sur la tique doucement, mais fermement. Ne l'écrasez pas : cela pourrait injecter la bactérie responsable de la maladie de Lyme dans votre organisme par accident.
3. Après avoir retiré la tique, mettez-la dans un flacon à bouchon vissé et apportez-la à votre médecin ou au bureau de santé local pour la faire analyser. N'attendez pas les résultats pour faire diagnostiquer ou traiter la maladie de Lyme.
4. Nettoyez soigneusement la morsure au savon et à l'eau ou avec de l'alcool à friction.

! Ne brûlez pas la tique. N'utilisez pas de vernis à ongles, de gelée de pétrole ou toute autre substance. Ces méthodes pourraient injecter la bactérie de la maladie de Lyme dans votre organisme.

SI VOUS AVEZ DES ANIMAUX DE COMPAGNIE :

- Parlez à votre vétérinaire des mesures de prévention des tiques qui conviennent à votre animal de compagnie.
- Si votre animal de compagnie sort, vérifiez régulièrement qu'il n'a pas de tiques (la méthode pour enlever une tique est la même que pour vous).

SYMPTÔMES DE LA MALADIE DE LYME :

- Fièvre
- Mal de tête
- Courbatures et douleurs articulaires
- Spasmes
- Engourdissements ou picotements
- Paralyse faciale
- Fatigue
- Inflammation des ganglions
- Éruption cutanée qui s'élargit (*beaucoup de gens n'ont pas d'éruption cutanée ou ne la voient pas.*)



Normalement, les symptômes de la maladie de Lyme apparaissent au bout d'une à deux semaines. Mais ils peuvent apparaître aussi tôt que trois jours après la morsure de tique, ou aussi tard qu'un mois après.

TRAITEMENT DE LA MALADIE DE LYME

Consultez un professionnel de la santé dès que possible si :

- vous avez des symptômes;
- vous ne vous sentez pas bien dans les semaines après une morsure;
- vous avez visité une région où il peut y avoir des tiques, même s'il n'y a pas de morsure visible.

Parlez de votre morsure de tique ou de l'endroit visité à votre professionnel de la santé. Si vous avez été mordu et vous avez gardé la tique, apportez-la à votre rendez-vous pour qu'elle soit transmise au bureau de santé local par votre médecin. Ou vous pouvez l'y apporter vous-même.

La plupart des cas de maladie de Lyme peuvent être traités avec succès en prenant des antibiotiques pendant quelques semaines. Plus on commence le traitement tôt, mieux ça vaut.

RENSEIGNEMENTS SUPPLÉMENTAIRES

- [Ontario.ca/maladiedelyme](https://ontario.ca/maladiedelyme)
- Santé publique Ontario bit.ly/2IXy1oJ
- Agence de la santé publique du Canada bit.ly/2moYzex