

Eviter les piqûres de tiques

En France, la maladie de Lyme est transmise par la piqûre d'une tique. Cette maladie est présente sur tout le territoire national, certaines zones étant fortement touchées. Selon l'[INVS](#), les études actuelles ne permettent pas de connaître précisément l'incidence de la maladie sur la population française.

Les tiques se mettent à l'affût de manière à flairer le passage d'un homme ou d'un animal à sang chaud. Elles sont présentes là où il y a des bois et une végétation basse (hautes herbes, fougères, buissons...). Il est donc possible d'être mordu par une tique en se promenant ou en jouant dans des forêts, des prairies, des espaces verts urbains... La tique aime tout lieu présentant chaleur et humidité. Sa morsure peut passer inaperçue, puisque sans douleur.

Les infections s'observent tout au long de l'année mais surtout de mai à octobre, en fonction des conditions climatiques.



Tique sur un doigt

Que faire pour éviter d'être infecté par une tique ?

- Porter des vêtements clairs, couvrant si possible la totalité de votre corps. N'hésitez pas à rentrer votre pantalon dans vos chaussettes et à porter des chaussures fermées.
- Enduire les parties non couvertes de la peau d'un produit répulsif contre les insectes (contenant par exemple du DEET ou de la Permethrine)
- En balade, rester sur les sentiers en prenant soin d'éviter les endroits susceptibles d'être habités par les tiques
- Après toute exposition, contrôler minutieusement l'ensemble du corps pour vérifier qu'aucune tique n'y soit fixée (attention aux zones sensibles, telles les paupières, derrière les oreilles, cuir chevelu... Il faut quelquefois procéder à un contrôle tactile, les larves et nymphes étant difficiles à voir)
- Examiner régulièrement vos animaux de compagnie, et éviter de dormir avec
- Tondre les pelouses régulièrement et se débarrasser des déchets végétaux permet de limiter la prolifération des tiques.

Faites-vous les bons gestes ?

Une tique m'a piquée(s), mais je n'ai pas d'érythème migratoire. Je ne suis donc pas contaminé(e) !

↳ L'érythème migrant apparaît peu de temps après la tique. L'absence de cette réaction ne signifie pas l'absence d'infection.

Un simple coup d'œil à un membre de sortie pour inspecter sa tique ?

↳ Pas de tique ! Il faut effectuer une inspection rigoureuse de chaque partie du corps, le dos et le cuir chevelu compris.

Lors d'une balade, vous avez des piqûres multiples, j'ai droit à un traitement antibiotique immédiat ?

↳ Non, il est recommandé d'attendre de savoir avec précision si vous êtes infecté et si oui, de quel antibiotique.

Une stratégie préventive pour mes vacances est obligatoire. Je suis sûr(e) de ne pas être infecté(e).

↳ Non, il est recommandé de prendre des précautions pour éviter les tiques, mais il n'est pas possible de garantir à 100% de ne pas être infecté(e).

Que dire à votre médecin ?

↳ Informez votre médecin de tout contact avec une tique. Prenez en compte l'absence de piqûre, le point de vue de vos derniers déplacements et éventuellement votre tique.

↳ Si vous avez retiré la tique avec votre méthode de tique, mentionnez ce contact et indiquez à quel moment vous l'avez retiré.

↳ En cas de symptômes précoce, mentionnez les symptômes, leur durée et leur évolution.

↳ Mentionnez également, si vous le souhaitez, d'autres infections éventuelles, comme la leptospirose, la brucellose, la tuberculose, la syphilis, l'hépatite, les infections parasitaires.

Pour plus d'informations, contactez le site de l'association France Lyme : www.france Lyme.fr ou par email : contact@france Lyme.fr

LES TIQUES : ADOPTEZ LES BONS GESTES !



FRANCE LYME
ASSOCIATION DE LUTTE CONTRE LES TIGUES
PREVENTION ET SOINS

L'association France Lyme propose des actions de prévention pour adultes et enfants, pour éviter que d'autres soient malades. Elle soutient les personnes atteintes ou en attente d'être soignées contre maladie.

Association France Lyme - 49 avenue Lakanal
75014 PARIS cedex 12 - France
www.france Lyme.fr

[Plaquette FL mai 2015 light](#)