



TIQUES

SURVEILLER, SE PROTÉGER, ÉVITER LES PIQÛRES



TIQUE

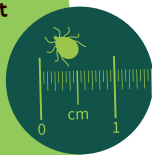


La tique est un acarien qui vit dans les zones boisées et humides, les herbes hautes des prairies, les jardins et les parcs forestiers et urbains.

Taille : environ 5 millimètres à l'âge adulte

Aspect : corps globuleux et quatre paires de pattes

Activité : parasite, surtout actif entre avril et novembre, qui se nourrit de sang animal ou humain



QUELS RISQUES POUR MA SANTÉ ?



Même si sa piqûre est indolore, la tique peut transmettre différentes maladies comme : la borréliose de Lyme, l'encéphalite à tiques (maladie à signalement obligatoire), et la tularémie (maladie à signalement obligatoire).



FOCUS SUR LA BORRÉLIOSE DE LYME

La borréliose de Lyme est une maladie vectorielle transmise par les tiques. Elle est non contagieuse et le plus souvent bénigne. Cependant, si elle n'est pas traitée à temps, elle peut entraîner des érythèmes migrants multiples, des manifestations neurologiques ou plus rarement articulaires, cutanées, cardiaques ou ophtalmologiques et laisser des séquelles handicapantes.



LES BONS GESTES À ADOPTER

Pour éviter d'être en contact avec une tique lors d'une activité en plein air, il est recommandé de :

#1

Porter des vêtements couvrants et clairs (pour repérer plus facilement les tiques)



#2

Rester sur les chemins balisés



#3

Éviter les broussailles et les herbes hautes



#4

Se doter d'un tire-tique (sorte de petit pied-de-biche disponible en pharmacie)



Au retour d'un pique-nique ou d'une randonnée, il faut inspecter scrupuleusement ses bras et ses jambes (en portant une attention particulière aux plis des genoux).

CONSEILS EN CAS DE PIQÛRE

COMMENT RETIRER UNE TIQUE ?

- ✓ Utiliser un tire-tique
- ✓ Glisser l'extrémité du tire-tique au plus près de la peau sous la tique
- ✓ Tourner doucement jusqu'à ce qu'elle se décroche

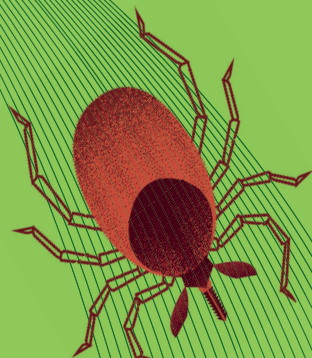
QUE FAIRE APRÈS UNE PIQÛRE ?

- ✓ Surveiller l'évolution de la zone de pique pendant un mois
- ✓ Si une plaque rouge et circulaire (érythème migrant) apparaît au niveau de la piqûre, consultez un médecin. Après confirmation du diagnostic, il pourra vous prescrire un traitement à base d'antibiotiques

ATTENTION

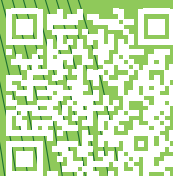


- # Ne pas appliquer de produit sur la tique (éther, alcool, huile, vernis, etc)
- # Ne pas tenter de retirer la tique avec les ongles ou une pince classique
- # Ne pas brûler la tique



SIGNALEMENT ET GÉOLOCALISATION

Télécharger l'application gratuite « Signalement tique » :
<https://www.citique.fr/participer/signalement-tique/>



POUR EN SAVOIR PLUS
sur les tiques, les maladies associées
et les conseils de prévention :

iledefrance.ars.sante.fr

