

Les tiques et la maladie de Lyme

Comment prévenir les morsures de tiques quand on est à l'extérieur



Les tiques à pattes noires, qui peuvent être porteuses de la maladie de Lyme, vivent dans les zones boisées, les herbes hautes et les buissons. Protégez-vous en suivant ces conseils :

- **Portez des vêtements** de couleur claire. Les tiques seront plus faciles à voir.
- **Portez des souliers fermés**, des chaussettes et une chemise à manches longues rentrée dans le pantalon. Rentrez le bas du pantalon dans vos chaussettes.
- **Utilisez un insectifuge contenant** du DEET ou de l'icaridine sur les vêtements et la peau exposée. Suivez en tout temps les instructions d'utilisation du fabricant.
- **Vérifiez s'il y a des tiques** sur vos vêtements ou votre corps, en accordant une attention particulière à l'aine, au nombril, aux aisselles, à la tête et à l'arrière des oreilles et des genoux. Utilisez un miroir pour vérifier l'arrière de votre corps ou demandez à quelqu'un d'autre de le faire. N'oubliez pas de vérifier la présence de tiques sur les enfants et les animaux de compagnie.
- **Prenez une douche** dès que possible après être rentré pour vous débarrasser des tiques qui peuvent encore se trouver sur vous.

- **Tuez les tiques** qui peuvent se trouver sur vos vêtements en mettant ceux-ci dans la sècheuse à température élevée durant au moins 10 minutes avant de les laver.

Comment enlever une tique

1. Utilisez une pince à épiler à bouts fins pour saisir la tique le plus près possible de la peau. Ne vous servez pas de vos doigts.
2. Tirez sur la tique vers le haut doucement, mais fermement. N'écrasez pas la tique, et faites attention de ne pas tirer brusquement les pinces ni de les tourner lorsque vous retirez la tique.
3. Après avoir retiré la tique, lavez la zone touchée avec de l'eau et du savon, puis utilisez de l'alcool à friction ou un tampon d'iode pour désinfecter la zone touchée et vos mains.
4. Mettez la tique dans un bocal hermétique (p. ex., une bouteille avec un couvercle vissable) pour qu'elle ne puisse pas sortir ou être écrasée, et communiquez avec votre bureau de santé publique local.

N'utilisez pas une allumette ou une cigarette allumée, du vernis à ongles, du dissolvant de vernis à ongles, de la gelée de pétrole, du savon liquide ou du kérosène pour enlever la tique.



Si vous avez des animaux de compagnie

- **En rentrant de l'extérieur**, vérifiez la peau de vos animaux et enlevez toutes les tiques qui peuvent s'y trouver.
- **Pour enlever une tique sur un animal**, recourez à la même méthode que vous utilisez pour retirer une tique sur vous-même.
- **Renseignez-vous auprès de votre vétérinaire** sur les façons de protéger vos animaux contre les tiques.

Signes et symptômes de la maladie de Lyme

Les signes et symptômes incluent :

- Éruptions cutanées qui s'étendent — *N'oubliez pas que, dans bien des cas, les personnes touchées ne présentent pas d'éruptions.*
- Fièvre
- Frissons
- Maux de tête
- Raideurs au cou
- Douleurs musculaires et articulaires
- Fatigue
- Enflure des ganglions lymphatiques
- Spasmes, engourdissement ou picotement
- Paralyse faciale

Chez les humains, la plupart des symptômes de la maladie de Lyme apparaissent entre 3 et 30 jours suivant une morsure de tique à pattes noires infectée. Vous devriez immédiatement communiquer avec votre bureau de santé publique local ou parler à un professionnel de la santé si vous éprouvez l'un des symptômes énumérés plus haut après avoir visité un endroit où peuvent vivre les tiques.

Traitement de la maladie de Lyme

Votre professionnel de la santé peut diagnostiquer la maladie de Lyme en fonction des signes, symptômes et facteurs de risque que vous présentez.

Il n'est pas toujours nécessaire d'effectuer des analyses en laboratoire pour diagnostiquer et traiter la maladie de Lyme.

La plupart des cas de maladie de Lyme peuvent être traités avec succès au moyen d'antibiotiques.

Renseignements complémentaires

- [Ontario.ca/maladiedelyme](https://ontario.ca/maladiedelyme)
- [Santé publique Ontario](#)
- [Agence de la santé publique du Canada](#)

