

La saison des tiques est de retour !

Il faut donc recommencer à prendre des mesures de protection pour se prémunir contre celles-ci. De ce fait, voici quelques informations importantes à garder en tête :



Creator: Ladislav Kubeš

- Les tiques deviennent actives lorsque les températures s'élèvent au-dessus de 4°C ;
- Elles peuvent être présentes partout dans la nature et vous affecter dans toutes sortes d'activités extérieures - lorsque vous prenez une marche, travaillez dans votre jardin, promenez votre chien ou même en ramassant des feuilles dans votre cour ;
- Ce ne sont pas toutes les tiques qui sont porteuses de la maladie de Lyme.

Certaines précautions peuvent être prises pour réduire les risques :

- Porter des **couleurs pâles** pour apercevoir les tiques plus facilement ;
- Utiliser un **répulsif** contenant du DEET ou de l'icaridine ;
- Bien **se couvrir** : porter un chapeau, des souliers fermés, des vêtements longs, entrer son chandail dans son pantalon et mettre son pantalon dans ses bas ;
- Mettre ses vêtements dans la **sécheuse** à température élevée pour plusieurs minutes de façon à tuer les tiques ;

- Vérifier la présence de tiques sur le corps et si besoin, demander l'assistance d'une personne. Ne pas oublier de vérifier vos animaux de compagnie ;
- Prendre une **douche** rapide pour aider à retirer les tiques non attachées ;
- Prendre les mesures nécessaires pour la protection de vos **animaux de compagnie** (vaccins, médicaments de prévention, etc.).

La maladie de Lyme

Il est important de retirer les tiques rapidement après leur détection car plus la tique sera accrochée longtemps, plus elle est susceptible de vous transmettre la maladie de Lyme – si elle en est porteuse. Les tiques qui ont été détectées et retirées rapidement (moins de 24h) sont moins susceptibles de vous avoir transmis la maladie. Pour savoir si une tique est accrochée depuis longtemps, il suffit de l'observer pour déterminer si elle est mince ou bombée/grosse. Une grosse tique est indicatrice qu'elle s'est nourrie sur une longue période.

Il existe une douzaine d'espèces de tiques présentes au Québec et environ 40 au Canada. De ce nombre, seulement trois espèces sont porteuses de la maladie de Lyme. Lorsque vous repérez une tique, il est possible de prendre une photo de celle-ci et de la transmettre au site eTick pour identifier l'espèce.

Les symptômes de la maladie de Lyme peuvent varier d'une auréole rouge autour de la morsure à des maux de tête, de la fièvre, des troubles neurologiques et des douleurs musculaires et articulaires.

Pour plus d'informations, il est également possible de consulter le site du Gouvernement du Québec et le site du CISSS de l'Outaouais.