

BIEN CONNAÎTRE LES TIQUES PERMET DE S'EN PROTÉGER !

Excursion avec Olivier Péter Dr es sc.
Ancien chef adjoint dans l'Unité des maladies infectieuses
Spécialiste des tiques et des maladies transmises par les tiques
à l'Institut Central des Hôpitaux du Valais
et l'association *Le Rougegorge*

QU'EST-CE QU'UNE TIQUE ?

En Suisse une vingtaine d'espèces de tiques ont été répertoriées. Parmi elles, une espèce est régulièrement source de problèmes pour l'homme : *Ixodes ricinus*. Cette espèce, très abondante dans les forêts au-dessous de 1200m, est présente en Suisse jusqu'à une altitude de 1600m.

La tique ne tombe pas des arbres. Elle attend au niveau du sol, sur une herbe ou sur un buisson, le contact d'un hôte pour s'y agripper et grimper, même le long des vêtements.

On peut trouver des tiques durant toute l'année. Le risque de piqûre est accru du printemps à l'automne.

QUI EST EXPOSÉ AUX PIQÛRES DE TIQUES ?

- Les personnes qui passent leurs loisirs en forêt et en lisière de forêt : promeneurs, écoliers, éclaireurs, chasseurs, amateurs de champignons, adeptes de courses d'orientation, etc.
- Les personnes qui exercent leur activité professionnelle dans les forêts et en lisière de forêt : agriculteurs, gardes-forestiers, bûcherons, etc.

COMMENT SE PROTÉGER - AVANT, PENDANT ET APRÈS LA PROMENADE

- porter des vêtements clairs pour pouvoir repérer facilement larves, nymphes et tiques adultes,
- exposer le moins de peau possible et limiter les accès (mettre les bas de pantalon dans les chaussettes et porter des vêtements avec des manches bien fermées),
- utiliser un répulsif (en vente en pharmacie ou dans les grandes surfaces),
- rester sur les sentiers et éviter de raccrocher les herbes et les broussailles en bordure des chemins
- inspecter régulièrement vos habits pendant la promenade
- de retour à la maison inspecter tout le corps
- chez les enfants s'intéresser aussi à la tête, dans et derrière le pavillon des oreilles, la base des cheveux
- répéter l'examen du corps dans les jours qui suivent la promenade

SUITE À UNE PIQÛRE

- une fois la tique installée, la retirer le plus vite possible avec une pince fine en tournant ou par tout autre moyen puis désinfecter l'endroit de la piqûre
- noter le jour dans un calendrier
- examiner régulièrement le site de la piqûre pendant 4 semaines,
- en cas d'apparition d'une rougeur de plus de 2 cm autour de la lésion prendre contact avec un médecin (risque de borréliose de Lyme ou maladie de Lyme).

MALADIES TRANSMISES PAR LA TIQUE IXODES RICINUS

- Cette tique transmet essentiellement 2 maladies, la borréliose de Lyme, une infection bactérienne traitable par antibiotique qui est présente dans toute la Suisse, et l'encéphalite à tique, une infection virale sans traitement connu, mais un vaccin efficace est disponible et recommandé aux populations vivant dans les zones d'endémie ou en cas de séjour prolongé (voir carte en fin de document)

Consultez le site web du <https://www.bag.admin.ch> pour de plus amples informations.



***Ixodes ricinus* (tique) : différents stades de développement de la tique**
Femelle adulte (à droite, environ 3.5 – 4.5 mm) – pond des œufs
Larves (deux, au milieu à gauche, environ 0.5 mm),
Nymphe (en bas à gauche, environ 1.5 mm)

