



Les tiques et la maladie de LYME!

Les tiques se retrouvent partout au Canada et sont de plus en plus infectées par la bactérie *Borrelia burgdorferi* responsable de la maladie de Lyme. Il est important comme scouts, animateurs et parents que vous sachiez comment prévenir les morsures de tiques et quoi faire en cas de morsures.



TROUVEZ LES TIQUES CACHÉES DANS CE RÉSUMÉ GRAPHIQUE!

Les tiques sont petites et difficiles à voir. Certaines tiques sont de la grosseur d'une graine de pavot! Cinq tiques sont cachées dans ce résumé graphique. Pouvez-vous les trouver?

Qu'est-ce qu'une tique?

Les tiques sont de minuscules arachnides (bibittes, comme des araignées) qui se nourrissent du sang des mammifères, des oiseaux et parfois des reptiles et amphibiens.

Où les retrouve-t-on?

- Dans les endroits avec de longues herbes, les forêts, le long des rivages et dans les parcs.
- Elles se retrouvent aussi dans les secteurs urbains comme votre cour et les espaces verts.



FAIT PAS TROP AMUSANT : D'ICI 2020, 80 % DE LA POPULATION DE L'EST DU CANADA (INCLUANT LE MANITOBA) VIVRA DANS UNE RÉGION COMPORTANT DES POPULATIONS DE TIQUES BIEN ÉTABLIES!

(LYME DISEASE IN CANADA: AN UPDATE ON THE EPIDEMIOLOGY; SIMON HABEGGER; 2014)

Voici la taille d'une tique :



Pourquoi sont-elles dangereuses?

- Les tiques sont reconnues pour transmettre la maladie de Lyme et d'autres maladies à transmission vectorielle.
- Pour se nourrir, les tiques rentrent leur tête dans la peau du corps de l'hôte pour boire son sang.

Quoi faire pour éviter une morsure de tique et la maladie de Lyme?

- Portez des manches longues et des pantalons.
- Rentez vos pantalons dans vos bas afin que les tiques ne puissent pas s'y faufiler!
- Utilisez un insectifuge qui contient du DEET.
- Restez sur les sentiers et les zones dégagées.
- Portez du linge de couleur pâle pour pouvoir repérer les tiques plus facilement.
- Lorsque vous prenez une pause, faites une inspection de vos vêtements et de votre corps. N'oubliez pas de vérifier votre tête, votre cou et le derrière de vos oreilles.
- Faites une inspection plus complète à la fin de la journée!
- Achetez un tire-tique efficace.
- Si vous avez un animal de compagnie, vérifiez s'il a une tique avant de le rentrer dans la maison.

Mythe : Les tiques infectées par la maladie de Lyme ne vivent que dans les zones rurales du Canada.

Réalité : La maladie de Lyme est répandue sur la plupart du territoire canadien. Bien que cette maladie se rencontre davantage dans les zones rurales, les habitants des zones urbaines sont aussi exposés à un risque d'infection. Ce sont les oiseaux migrateurs, les rougegorges et les bruants, etc. qui transportent cette maladie chaque année. (Canlyme.com/fr/)

Que dois-je faire si je trouve une tique?

Si vous trouvez une tique sur votre corps, retirez-la adéquatement dès que possible. Les tiques peuvent rester accrochées à votre peau pendant cinq jours et plus. Le fait de retirer la tique dans les premières heures peut aider à prévenir la maladie de Lyme, mais pas toujours. **Il est recommandé de consulter un professionnel de la santé si vous êtes mordu par une tique.**

Extraction d'une tique

- Utilisez une pince à épiler fine et pointue pour saisir la tique le plus près de votre peau.
- Tirez doucement vers le haut avec une pression constante sans la tourner ou donner de coups!
- Nettoyez la région de la morsure et vos mains avec de l'alcool à friction, un antiseptique ou de l'eau et du savon.

Symptômes de la maladie de Lyme

Si vous ressentez une combinaison des symptômes suivants, **consultez votre médecin immédiatement.** Saviez-vous que les symptômes peuvent apparaître des semaines ou même des mois après la morsure!

- Éruption cutanée
- Fièvre
- Maux de tête
- Engourdissement du visage ou des membres
- Nausée
- Douleur à la mâchoire
- Sensation de brûlure
- Sensibilité à la lumière
- Rougeur des yeux
- Douleur musculaire
- Raideur de la nuque
- Souffle court ou difficulté à respirer
- Anxiété
- Spasme musculaire
- Douleur osseuse ou articulaire
- Gonflement des ganglions lymphatiques

Traitement de la maladie de Lyme

Le dépistage précoce de la maladie de Lyme est très important. Si vous avez été mordu par une tique et que vous avez des symptômes, consultez un médecin immédiatement. Les antibiotiques sont plus efficaces lorsqu'ils sont administrés durant la phase initiale de la maladie. Plus vous tardez à traiter la maladie, plus il est difficile de s'en débarrasser.

Comme scout, comment puis-je aider?

Si vous avez retiré une tique de votre corps, conservez-la. Mettez-la dans un contenant propre et communiquez avec votre bureau de santé publique. Il est désormais encore plus important d'identifier les tiques et de les tester, puisqu'elles sont de plus en plus infectées par la maladie de Lyme. Faites votre part!



Scouts.ca

