

Prévention

Habillement

- porter des vêtements longs et clairs → les repérer facilement
- des chaussures fermées
- le bas de pantalons glissé dans les chaussettes
- le T-shirt (longues manches) rentré dans le pantalon
- un couvre-chef

Autres moyens :

- spray répulsif à vaporiser sur les bas de pantalons, les chaussures et les parties qui sont en contact avec la végétation (poignets, chevilles...)

Contrôle

Après la sortie en forêt, il est important **d'enlever les habits et de les examiner ainsi que tout le corps**, car les tiques ne se fixent pas immédiatement dans la peau

Elles apprécient les endroits chauds et humides du corps, là où la peau est plus fine, portez donc une attention particulière à **la tête des enfants et aux endroits de plis** : nuque, aine, aisselles, intérieur des cuisses, creux des genoux, des coudes et derrière les oreilles.

En cas de piqûre

PAS DE PANIQUE !!

- il faut environ 24 heures pour que la tique transmette une maladie
- elles ne sont pas toutes porteuses des bactéries de Lyme (borréliose)
- nous ne sommes pas dans une région à risque d'encéphalite.

Retirer la tique

Avec une pince à épiler ou une pince à tique, tirer fermement et sans écraser la bête, en la saisissant à la base, le plus près possible de la peau. Progressivement mais avec fermeté, droit dans l'axe pour ne pas écraser la bête. Si vous n'avez pas de pince, vous pouvez aussi utiliser un fil de coton : serrez un nœud autour de la tique au plus près de la peau et tirer comme décrit plus haut.

La tique n'a pas de tête, elle s'accroche dans la peau à l'aide de son rostre (pièce buccale en forme de pince), et c'est cela qui peut parfois rester planté.

Désinfecter

Une réaction locale due au corps étranger (rostre) peut se faire, comme pour une écharde. Il faut donc bien désinfecter, noter la date et l'emplacement de la piqûre et surveiller si une rougeur apparaît en cercle ou grandit.