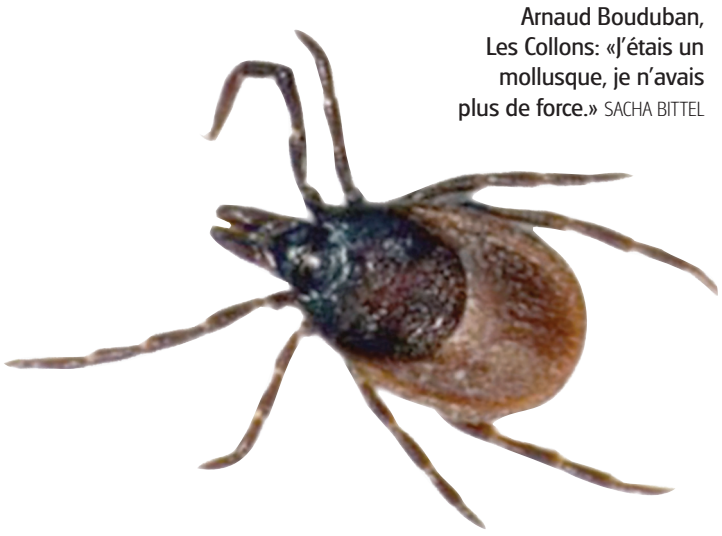
10 000 infections par an en Suisse

C'est le retour des tiques,

SANTÉ On est en pleine saison des tiques. Outre l'encéphalite, l'acarien peut transmettre la maladie de Lyme, affection touchant le système nerveux. Exemple en Valais et conseils.



DIFFICULTÉS
«J'étais trop malade pour travailler, mais trop valide pour être considéré comme malade.»

Arnaud Bouduban, Les Collons: «J'étais un mollusque, je n'avais plus de force.» SACHA BITTEL

CONSTAT Avec la chaleur de l'été, la tentation d'aller prendre le frais sur les sentiers ou en forêt est grande. Et c'est là, au sommet d'un brin d'herbe haute ou au bout de la branche d'un arbuste, que l'on peut faire la rencontre de l'Ixodes ricinus, l'espèce de tique la plus répandue en Suisse.

Présente jusqu'à une altitude de 1500 mètres, active entre mars et novembre, elle a sous nos latitudes entre 20 et 50% de risques d'être porteuse de la bactérie Borrelia burgdorferi, nom scientifique de l'agent de la borréliose, ou maladie de Lyme.

10 000 infections par an en Suisse

L'Office fédéral de la santé publique (OFSP) estime qu'en Suisse 10 000 personnes contractent chaque année une borréliose après une piqûre de tique. Se manifestant en premier lieu par des rougeurs locales, la maladie peut affecter les articulations, le système nerveux, voire, plus rarement, le cœur. Et peut, en l'absence de traitements – par antibiotiques – déboucher sur des handicaps durables.

PATRICE GENET

«Je ne suis pas redevenu comme avant»

LES COLLONS *«Je me souviens juste avoir éteint ma tronçonneuse, et puis c'est le black-out.»* C'est le coup de téléphone d'un collègue inquiet qui le tire de son trou noir. Ce jour de juillet 2015 dans les forêts de Mase, Arnaud Bouduban s'est effacé. A 27 ans, il vient de passer ses examens de forestier-bûcheron. Mais cela fait plusieurs semaines que ça ne va plus.

«Dans ce job, on est conscient de ce risque»

C'étaient d'abord des plaques rouges sur tout le corps. *«Ce n'était pas alarmant, tout juste un peu désagréable. Je suis allé voir un dermatologue, qui m'a prescrit une pommade à la cortisone. C'est passé.»* Les troubles de la concentration qui suivent ne le dérangent pas beaucoup plus. Plus ennuyeuses sont les fatigues, *«pesantes, handicapantes»* pour son métier. C'est que le jeune homme, ancien skieur chevronné et sergent à l'armée, est plutôt du genre dur au mal.

Mais les douleurs articulaires, parfois violentes, sont de trop. Il va voir un médecin, puis un deuxième, demande qu'on lui cherche la borréliose de Lyme. Car Arnaud le sait: son métier l'expose aux tiques. *«Dans ce job, on est conscient de ce risque. J'étais d'ailleurs vacciné contre l'encéphalite. Alors à la fin de la journée, on enlevait les deux ou trois tiques qui s'étaient accrochées et on désinfectait, point barre.»*

La sérologie est positive. Ce sera un antibiotique, pendant trois semaines. *«Mais j'étais déjà trop avancé dans la maladie. Je travaillais toujours, mais mon amie devait me mettre mes chaussettes et mes chaussures, et je commençais à avoir des vertiges.»* Jusqu'au jour du black-out.

S'ensuivent deux semaines d'hôpital, et toute une batterie d'examens. *«J'étais un mollusque, je n'avais plus de force, je ne pouvais plus tenir une bouteille.»* Les quatre mois suivants, Arnaud dort entre 18 et 22 heures par jour. Et, depuis, se remet lentement. *«Je ne suis pas redevenu ce que j'étais, mes articulations sont grippées et j'ai encore des vertiges occasionnels, mais ça va beaucoup mieux. Ce n'est pas non plus un cancer…»*

Ne pas tomber dans la parano

Problème: il est *«trop malade pour travailler, mais trop valide pour être considéré comme malade»*.

Alors aujourd'hui son combat est double: Arnaud se bat contre la borréliose et pour une reconnaissance de la forme chronique de cette dernière. *«J'ai la chance d'avoir une famille et une compagne bienveillantes et attentives. Sans elles je serais sous un pont.»* Pourtant, aucun ressentiment chez Arnaud.

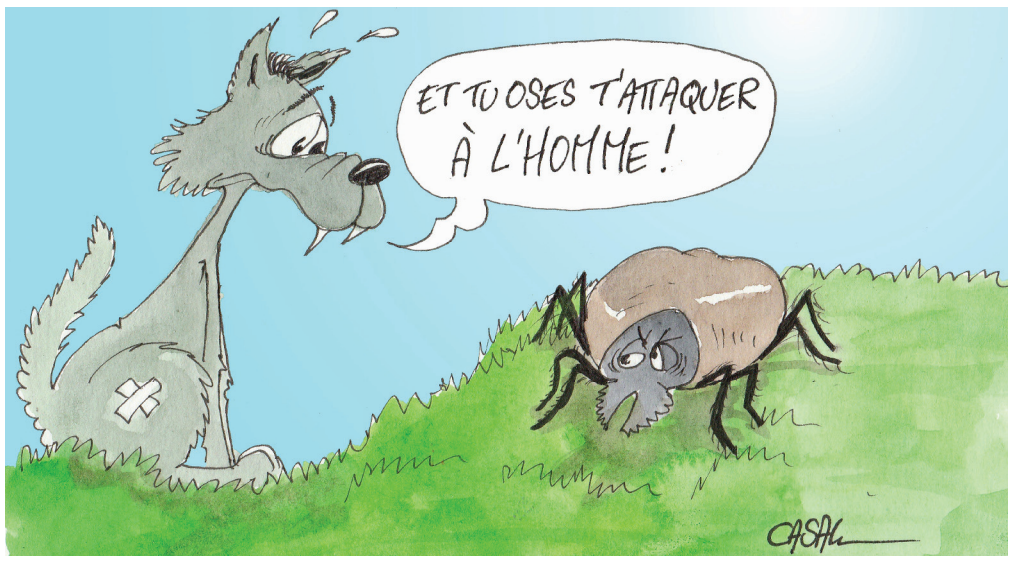
Juste un message. *«La nature est belle, il faut continuer d'aller en forêt, de s'y promener. Mais il faut être conscient des risques et prendre ses précautions.»*

TROIS CONSEILS PRATIQUES À APPLIQUER: DE LA VACCINATION AUX ANTIBIOTIQUES

1 LES TIQUES: OÙ ET COMBIEN? SURTOUT ENTRE SIERRE ET VIÈGE

La tique apprécie les forêts de feuillus avec un sous-bois dense, les lisières de forêt et les sentiers forestiers, rappelle l'OFSP, qui dirige le Centre national de référence pour les maladies transmises par les tiques. L'acarien vit sur des plantes basses, où il attend de pouvoir s'accrocher à un hôte à sang chaud – humain ou animal – passant à proximité.

Pour l'encéphalite, la zone entre Sierre et Viège a été déclarée à risque. *«Une vaccination contre l'encéphalite est recommandée pour toutes les personnes vivant au-delà de la forêt de Finges»*, conseille Frank Bally, médecin chef auprès du Service des maladies infectieuses à l'Institut central de l'Hôpital du Valais.

Les chasseurs, ramasseurs de champignons et professionnels sont particulièrement concernés.

Il n'existe par contre pas de vaccin contre la maladie de Lyme. Et malgré le réchauffement climatique, la population de tiques ne semble pas avoir augmenté, et la limite supérieure connue des infections se situe toujours à une altitude d'environ 1500 mètres.