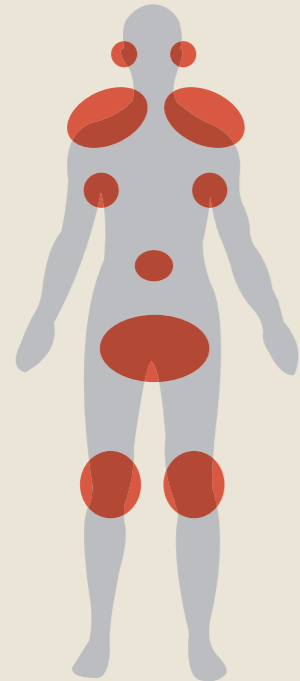


LES TIQUES PASSENT SOUVENT INAPERÇUES

Le meilleur moyen de se protéger contre les maladies transmises par les tiques est d'éviter leur piqûre

Les mesures suivantes, de préférence combinées, peuvent diminuer le risque :

- Lors d'excursions en forêt ou en lisière de forêt, portez des vêtements fermés (pantalons longs, chaussettes relevées par-dessus le pantalon, chemises à manches longues et chaussures fermées).
- Utilisez du répulsif contre les tiques sur la peau et les vêtements.
- Évitez de toucher les plantes proches du sol (herbes hautes, buissons, arbustes, broussailles).
- Après une activité en plein air, vérifiez sur tout le corps et les vêtements si des tiques sont accrochées. Les tiques apprécient zones chaudes, humides, où la peau est fine, comme le pli des genoux, l'intérieur de la cuisse, l'aîne, le cou, la nuque et le creux des aisselles; chez les enfants, le cuir chevelu est aussi régulièrement concerné.



Points de piqûre appréciés par les tiques

PIQÛRE DE TIQUE – QUE FAIRE ?

Extraire correctement une tique

Si vous découvrez une tique déjà solidement attachée, il faut impérativement l'enlever le plus rapidement possible et de manière adéquate. Plus la tique se nourrit longtemps, plus le risque de transmission des borrélioses est important.

- Saisissez la tique aussi fermement que possible avec une pince à épiler (le cas échéant avec les ongles) et retirez-la progressivement en une seule fois.
- Désinfectez ensuite le point de piqûre.
- Surveillez l'endroit de la piqûre et l'apparition éventuelle de symptômes d'allure grippale au cours des prochains jours et semaines.
- Si des symptômes apparaissent après une piqûre de tique, consultez un médecin.



En retirant correctement et rapidement la tique, le risque de transmission de la borréliose de Lyme peut être diminué.

DEMANDEZ CONSEIL À UN SPÉCIALISTE



Renseignez-vous dans votre pharmacie ou auprès de votre médecin sur les méthodes de prévention les plus efficaces contre les maladies transmises par les tiques.

Cette brochure est recommandée par



zeckenliga.ch

Liga für Zeckenkranke Schweiz
Ligue suisse des maladies à tiques
Legg svizzera dei malati vittime delle zecche
Swiss league for patients with tick-borne diseases

Pour les dons : compte postal 30-674 735-4



Cette brochure est soutenue par
Pfizer AG, Schärenmoosstrasse 99, 8052 Zurich,
www.pfizer.ch

ATTENTION: AUX TIQUES!

Voici comment vous protéger des piqûres de tiques et des maladies qu'elles transmettent.



76135-057-0516

LES TIQUES – SANGSUES DANGEREUSES

A l'affût de mars à novembre

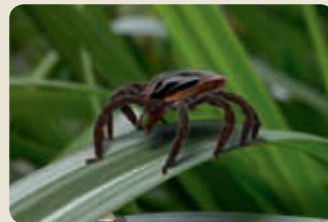
Les tiques sont des acariens appartenant à la famille des arachnides. Parmi les 850 espèces de tiques à travers le monde, la tique commune dite du mouton (*Ixodes ricinus*) est la plus répandue en Suisse. Les forêts de feuillus et les forêts mixtes jusqu'à 1500 m d'altitude, où la broussaille abonde, et en particulier les lisières, les clairières, les rivages boisés et les prairies, représentent leur habitat favori. Les tiques vivent sur les plantes basses (jusqu'à 1 m) d'où elles s'accrochent ou se laissent tomber sur un hôte de passage. Les tiques sont présentes toute l'année, mais c'est au printemps et en automne qu'elles sont le plus actives.

Les différents stades de développement des tiques

Le développement des tiques se déroule en trois étapes, de l'état de larve à la taille adulte en passant par la nymphe. La transition d'un stade à l'autre requiert un repas sanguin. Des agents pathogènes peuvent être transmis à l'hôte par le biais de la piqûre d'une tique. Selon leur stade de développement, les tiques sont de taille différente et leur couleur varie. Les nymphes, bien que relativement petites et difficilement visibles, représentent déjà un grand danger : en effet, elles peuvent être porteuses de bien plus d'agents pathogènes que les tiques adultes.



Larve à six pattes
Taille : env. 0.5 mm



Nymphe à huit pattes
Taille : env. 0.5-1.5 mm



Tique adulte (femelle)
Taille : env. 4-5 mm



Tique gorgée de sang
Taille : env. 7-8 mm

LES TIQUES PEUVENT TRANSMETTRE DES MALADIES GRAVES

De nombreuses tiques sont infectées

Les tiques sont dangereuses dans la mesure où des agents pathogènes peuvent être transmis à l'homme par le biais de leur piqûre. En Suisse, environ 5 à 30% (voire même jusqu'à 50% à certains endroits) des tiques sont porteuses de la bactérie *Borrelia burgdorferi*, responsable de la borréliose de Lyme. Dans certaines régions (appelées zones endémiques, voir illustration 1), 1% de toutes les tiques sont par ailleurs infectées par le virus de l'encéphalite à tiques, à l'origine de la méningoencéphalite verno-estivale (MEVE).

La borréliose de Lyme

Chaque année en Suisse, entre 6000 et 12000 personnes contractent une borréliose de Lyme. Le risque de transmission de la maladie est déjà présent moins de 24 heures après une morsure de tique. Le premier signe de la maladie est fréquemment une rougeur cutanée localisée, ou érythème migrant, qui apparaît souvent quelques jours seulement après la morsure – généralement en l'espace de 3 semaines – et qui s'étend progressivement autour du point de piqûre sous forme de tache ou d'auréole.



Symptôme typique de la borréliose de Lyme : érythème migrant autour du point de piqûre.

Des symptômes d'allure grippale peuvent également se manifester. Chez certains patients, un deuxième stade de la maladie survient des semaines, voire des mois après la piqûre. Les articulations, le système nerveux, la peau et, dans de rares cas, le cœur

peuvent être touchés. Une infection à *Borrelia* peut être traitée de manière précoce par des antibiotiques. Sans traitement, des séquelles durables sont à craindre. Si les symptômes typiques manquent la maladie n'est souvent détectée qu'à un stade avancé.

Une administration précoce d'antibiotiques permet de traiter la borréliose de Lyme.

Méningoencéphalite verno-estivale (MEVE)

Avec 100 à 250 cas par an, la MEVE est certes plus rare que la borréliose de Lyme, mais elle peut provoquer des complications potentiellement graves, voire fatales. Les virus de la MEVE se trouvent dans les glandes salivaires des tiques et sont transmis immédiatement à l'homme lors d'une piqûre. Environ 1 à 2 semaines plus tard, la maladie se manifeste chez une partie des patients par des symptômes d'allure grippale comme des céphalées, de la fièvre, une fatigue ou des douleurs articulaires, qui disparaissent après quelques jours.

Après un intervalle sans symptômes, environ 5 à 15 % des personnes infectées entrent dans une deuxième phase de la maladie. Celle-ci se caractérise par l'atteinte du système nerveux central, en particulier des méninges (méningite), laquelle peut aussi s'étendre au cerveau (méningo-encéphalite). Dans les cas sévères, des séquelles peuvent subsister.

Contrairement à la borréliose, il n'existe pas de traitement spécifique pour la MEVE ; le traitement vise uniquement à soulager les symptômes. Toutefois, il est possible de se protéger de manière préventive grâce à un vaccin.

Il n'existe pas de traitement spécifique pour la méningo-encéphalite verno-estivale (MEVE), mais les personnes exposées peuvent se faire vacciner préventivement contre la MEVE.

PROTÉGEZ-VOUS

La vaccination préventive contre la méningo-encéphalite verno-estivale (MEVE)

L'Office fédéral de la santé publique recommande à toutes les personnes adultes ainsi qu'aux enfants à partir de 6 ans de se faire vacciner préventivement dès lors qu'ils vivent dans des zones endémiques ou y séjournent temporairement.



■ OFSP – MEVE – vaccination recommandée

Illustration 1 : zones endémiques de l'encéphalite à tiques, (source : bag.admin.ch, ©swisstopo, OFSP)

Vous pouvez également consulter les informations actualisées via les liens suivants : bag.admin.ch, ou via l'application Tiques dans l'App Store.

