



POUR NE PAS EN ÊTRE LA CIBLE

UNE MALADIE DONT IL FAUT SE PROTÉGER!

En cas de piqûre, il faut retirer la tique le plus rapidement possible, car la probabilité de transmission de la bactérie *Borrelia burgdorferi* (Bb), causant la maladie de Lyme, augmente avec la durée de la piqûre. Le risque de transmission est très faible avant 24 heures et augmente par la suite.

L'EXTRACTION DE LA TIQUE

MATÉRIEL

- Pince fine aux extrémités pointues (pince à écharde)
- Petit contenant à pilules

PROCÉDURE

1. Saisissez la tique à l'aide de la pince en étant le plus près possible de la peau.
2. Par un mouvement ferme et constant, tirez la tique de façon perpendiculaire à la peau, sans faire de mouvements de rotation ni de mouvements brusques. Il est important de ne pas presser ni tordre l'abdomen de la tique, car cela augmente le risque de transmission de la bactérie. Si la tête de la tique reste implantée dans la peau, on pourra ensuite la retirer délicatement avec la pince. Cette partie ne peut plus transmettre la maladie, car c'est l'abdomen qui contient la bactérie.
3. Déposez la tique dans un petit contenant et conservez-la dans une armoire.



CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- Ne pas tenter d'enlever la tique en la pinçant avec les doigts ou en la grattant.
- Ne pas utiliser de gelée de pétrole, d'alcool à friction, de vernis à ongles ou tout autre produit pour retirer la tique.
- Ne pas écraser ni perforer la tique.

QUE FAIRE APRÈS AVOIR EXTRAIT LA TIQUE?

1. Lavez-vous les mains ainsi que la zone de la piqûre avec de l'eau et du savon.
2. Désinfectez la zone de piqûre avec un antiseptique pour la peau (alcool à 70 %, iode, peroxyde, etc.).
3. Notez la date, le lieu où vous étiez lorsque vous pensez avoir été piqué et l'endroit de votre corps où vous avez remarqué la piqûre.
4. Observez l'apparition de symptômes pendant un mois. Consultez un médecin si les symptômes de la maladie de Lyme apparaissent. Ces symptômes peuvent être d'allure virale (fièvre, courbatures, fatigue, etc.) ou une rougeur de la peau qui s'agrandit à plus de 5 cm. La rougeur, indolore, peut être située à l'endroit de la piqûre ou sur une autre région du corps. Plusieurs rougeurs sont aussi possibles.
5. Lors de la consultation médicale, apportez la tique dans son contenant. Le médecin pourrait décider de la faire analyser.
6. Il n'est pas nécessaire de consulter un médecin si vous n'avez pas de symptôme.