

COMMENT RECONNAITRE UNE TIQUE ?

Pas plus grosse qu'une tête
d'épingle (1mm), pour les plus
petits spécimens, la tique peut
atteindre 1 cm une fois son festin
sanguin accompli.



© La république des Pyrénées

En y regardant de près vous pourrez
voir un petit point noir sur votre
corps (bras, jambe) mais les tiques
apprécient aussi particulièrement
l'arrière des genoux, des oreilles,
l'aîne et le cuir chevelu.



Comme avec le
réflexe crème solaire
à la plage,

Faisons des
précautions
anti-tiques
UN RÉFLEXE !

Et surtout,
bonne balade !



Plus d'info : <http://www.msatv.fr/video/pour-une-meilleure-prevention-de-la-maladie-de-lyme/>

roudenngrafik, 02 96 11 97 00

GARE AUX TIQUES

MAIS
PAS DE PANIQUE !!



Quelques
précautions simples
pour profiter
de la nature en
toute tranquillité



La forêt constitue un habitat riche en diversité animale et végétale. Certains petits insectes, quasiment invisibles à l'œil nu, doivent attirer l'attention des promeneurs : LES TIQUES !

OÙ SE TROUVENT LES TIQUES ?

- Dans les bois, les forêts, les prairies, et même nos jardins.
- Dans les zones ombragées et légèrement humides.

QUAND SONT-ELLES ACTIVES ?

- D'avril à novembre.

PIQUENT-ELLES L'HOMME ?

- Oui, tout comme l'animal.

POURQUOI ?

- Elles ont besoin de sang pour se nourrir.

QUELS SONT LES RISQUES ?

- Elles peuvent transmettre des maladies graves (dont la maladie de Lyme).

QUELLES PRÉCAUTIONS PRENDRE AFIN D'ÉVITER LES PIQÛRES DE TIQUE ?

AVANT LA PROMENADE

La 1^{ère} précaution est de se promener avec des **VÊTEMENTS LONGS** (pantalon, t-shirt à manches longues, chaussettes) pour éviter d'exposer sa peau dans les zones à risques.

PENDANT LA PROMENADE

Empruntez au maximum les **SENTIERS DÉDIÉS** et donnez la consigne aux enfants de **NE PAS SE ROULER DANS L'HERBE**.

AU RETOUR DE LA PROMENADE

Même si vous portiez des vêtements longs : **INSPECTEZ-VOUS MINUTIEUSEMENT LE CORPS** (cuir chevelu également). Le port de vêtements clairs facilitera le repérage des tiques.

À NOTER

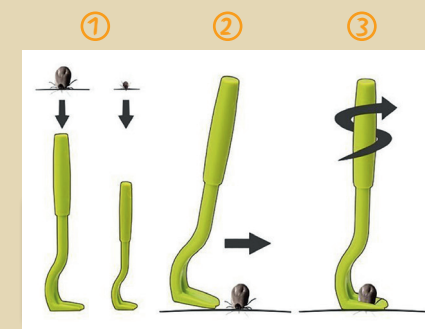
- Une piqûre de tique est indolore.
- Toutes les tiques ne transmettent pas la maladie de Lyme.



COMMENT RETIRER UNE TIQUE ACCROCHÉE À LA PEAU ?

Si vous avez été piqué, pas de panique ! Enlevez immédiatement la tique au retour de promenade à l'aide d'un **TIRE-TIQUES** (vendu en pharmacie). Il y a ainsi très peu de risque d'être contaminé par la piqûre.

1. Utilisez le tire-tiques comme précisé dans l'image ci-dessous :



2. Désinfectez la zone de piqûre après avoir retiré la tique.

QUELLE VIGILANCE APRÈS UNE PIQÛRE DE TIQUE ?

1. Surveillez la zone de piqûre et assurez-vous qu'aucune rougeur n'apparaît à cet endroit (vous pouvez entourer la zone avec un stylo et prendre une photo).
2. Surveillez l'apparition d'autres symptômes : maux de tête, fatigue, fièvre.
3. Dans ce cas, consultez votre médecin en lui signalant votre piqûre par une tique.