

PROFITEZ DES ACTIVITÉS DE PLEIN AIR ET ÉVITEZ LES PIQÛRES DE TIQUES!

Baie-Comeau, le 3 juillet 2018 – Avec le début des vacances estivales, la Direction de santé publique de la Côte-Nord invite les Nord-Côtiers, en particulier ceux qui se déplaceront vers le sud du Québec, à appliquer certaines mesures préventives afin d'éviter de contracter la maladie de Lyme.

La maladie de Lyme est causée par la bactérie *Borrelia burgdorferi* qui se transmet par la piqûre d'une tique à pattes noires infectée.

Actuellement, même si des tiques sont retrouvées sur les animaux dans notre territoire, les données disponibles sont insuffisantes pour confirmer que les populations de tiques à l'origine de la maladie de Lyme sont véritablement implantées sur la Côte-Nord. En effet, pour confirmer que le risque est présent dans une région, il faut notamment qu'au moins deux cas humains soient confirmés dans une même municipalité au cours d'une période de cinq ans et que la piqûre de tique contaminée ait été acquise localement. À ce jour, la Direction de santé publique a répertorié un seul cas humain de la maladie de Lyme sur la Côte-Nord qui aurait été acquis dans la région en 2016. Il existe également un risque possible d'acquisition de la maladie de Lyme dans toutes les régions du Québec dû à la présence de tiques transportées par les oiseaux migrateurs.

La situation est suivie de près par la Direction de santé publique en fonction des données de surveillance de la maladie chez les humains et sur l'identification et l'analyse des tiques, incluant celles envoyées au Laboratoire de santé publique du Québec par les vétérinaires. On sait déjà que la tique pouvant transmettre l'infection au Québec (tique à pattes noires ou tique du chevreuil, *Ixodes scapularis*) est bien établie dans le sud de la province, particulièrement dans les régions de l'Estrie, la Montérégie, la Mauricie-Centre-du-Québec et l'Outaouais.

Prévenir la piqûre de tiques

Durant une activité de plein air dans un boisé ou un champ :

- Portez des vêtements qui couvrent la peau : pantalon, chandail à manches longues, souliers fermés et chaussettes.
- Mettez les chaussettes par-dessus les pantalons.
- Portez des vêtements de couleur pâle, ce qui permet de repérer les tiques plus facilement.
- Appliquez un chasse-moustiques à base de DEET ou d'Icaridine sur les vêtements et les parties exposées de votre corps en évitant le visage.
- Marchez de préférence dans les sentiers dégagés des boisés et forêts.

Identifier et retirer les tiques

Après une activité de plein air dans un boisé ou un champ :

- Prenez un bain ou une douche et changez de vêtement.
- Examinez votre corps, celui des enfants et des animaux de compagnie.
- Retirez la tique le plus rapidement possible car le risque de contracter la maladie demeure faible si la tique est restée collée à la peau pendant moins de 24 h.
- Utilisez une pince à écharde pour extraire la tique de la peau. Placez la pince le plus près possible de la surface de la peau. Il est important de ne pas presser l'abdomen de la tique, car cela augmente le risque de transmission de la bactérie.

- Tirez la tique doucement, mais fermement et de façon continue, sans la tourner ou l'écraser. Si la tête de la tique reste implantée dans la peau, vous pourrez ensuite la retirer délicatement avec la pince. Cette partie ne peut plus transmettre la maladie.
- Placez la tique retirée de la peau dans un contenant qui ferme de façon étanche, comme un contenant à pilules vide.
- Après avoir enlevé la tique, nettoyez votre peau avec de l'eau et du savon, et lavez-vous bien les mains.
- Appelez Info-Santé au 811; une médication préventive pourrait être recommandée si la piqûre a eu lieu dans certains secteurs des régions de l'Estrie, de la Montérégie ou de l'Outaouais.

Surveillez les symptômes au cours des 30 jours après la piqûre :

- Le symptôme le plus courant est une rougeur sur la peau, indolore, située à l'endroit de la piqûre. D'autres symptômes peuvent accompagner la rougeur (fièvre, fatigue, maux de tête, douleurs musculaires).
- Si vous développez des symptômes, appelez Info-Santé au 811 ou consultez un médecin et apportez la tique avec vous pour qu'elle soit analysée.

Pour plus d'information sur la maladie de Lyme, visitez le site du gouvernement du Québec à l'adresse : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/maladie-de-lyme/>.

Source : Pascal Paradis
Conseiller en communication
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord
418 589-9845, poste 252268