

COMMENT ÉVITER LES MORSURES DE TIQUE ?

Lors d'une activité en plein air

- Portez des vêtements et chaussures couvrants
- Mettez un chapeau ou une casquette
- Restez sur les sentiers et évitez les hautes herbes
- Ne vous asseyez pas à même le sol
- Examinez régulièrement vos vêtements et le corps
- Prenez un tire-tique et du désinfectant avec vous

Après l'activité

- Inspectez tout votre corps. Faites-vous aider ou utilisez un miroir
- Prenez une douche
- Lavez vos vêtements
- Vérifiez le pelage de vos animaux de compagnie



Quand la tique attaque...

Les tiques sont des parasites qui vivent dans les forêts, parcs, talus, mais aussi dans les prairies ou jardins.

Elles peuvent transmettre **la maladie de Lyme** ou **l'encéphalite à tique**.



COMMENT RETIRER LA TIQUE ?

Enlevez-la **rapidement** avec un **tire-tique** (disponible en pharmacie)


Ne pas écraser la tique ni tenter de la tuer !
Cela risquerait de lui faire régurgiter des bactéries.

Consultez rapidement votre médecin en cas de :

• **symptômes**

plusieurs jours ou semaines après la morsure : fatigue, fièvre, douleurs articulaires, maux de tête

• **plaque rouge** centrée sur le point de morsure et qui s'étend en cercle

