

# L'info TIQUES

## Avant propos

L'UNION RÉGIONALE  
DES CENTRES PERMANENTS D'INITIATIVES  
POUR L'ENVIRONNEMENT (URCPIE)  
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

a réalisé cette exposition en partenariat avec l'Agence Régionale de Santé (ARS) Auvergne-Rhône-Alpes afin de contribuer à la prévention des piqûres de tiques et des maladies vectorielles qu'elles peuvent transmettre.

Cette exposition pédagogique en 6 panneaux vise à :

- . vous expliquer ce qu'est une tique et ses lieux de vie,
- . vous informer sur les gestes préventifs,
- . vous recommander d'être attentif aux piqûres de tiques.



**Remerciements :** Institut National de Recherche Agronomique et toutes les structures qui ont permis de tester l'exposition

**Conception, textes :** Comité Technique Régional : Union Régionale des Centres Permanents d'Initiatives pour l'Environnement Auvergne-Rhône-Alpes et Agence Régionale de Santé Auvergne-Rhône-Alpes

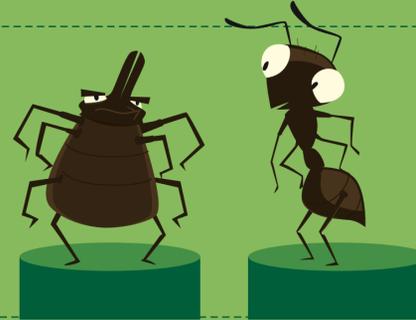
**Mise en page et illustrations :** Vincent Gonin

# L'info TIQUES



## Les caractéristiques

### QUELLE EST CETTE BESTIOLE ?

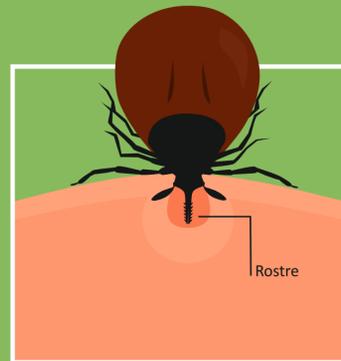
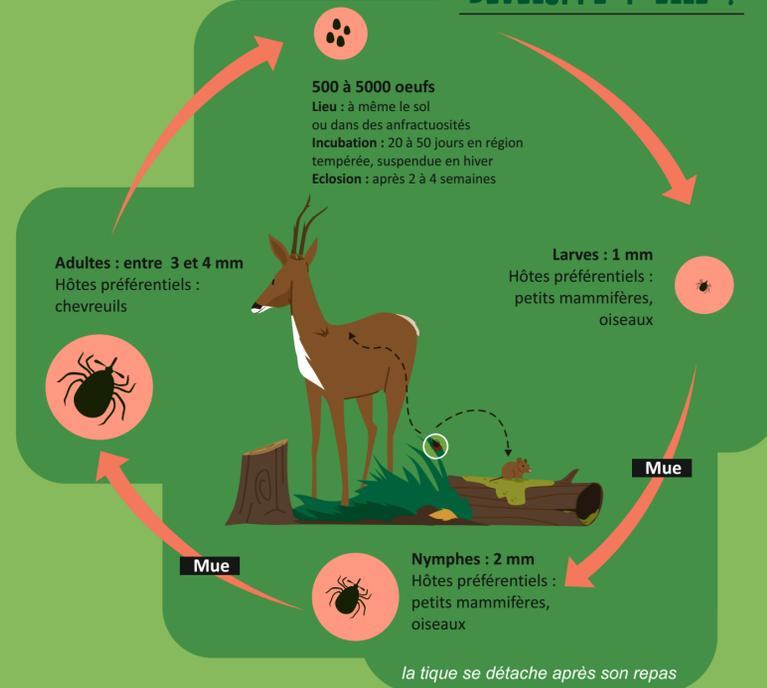


#### UN GROS ACARIEN :

- . 8 pattes
- . Divisé en deux parties : la tête et une grosse partie postérieure

*La tique n'appartient pas à la famille des insectes qui n'ont que 6 pattes et un corps divisé en trois parties, comme la fourmi.*

### COMMENT SE DÉVELOPPE-T-ELLE ?



### COMMENT PIQUE-T-ELLE ?

La tique ouvre la peau avec deux petits « couteaux » et introduit son rostre. Celui-ci est muni de petites dents qui fixent solidement la tique. La piqûre de tique est sans douleur. La tique prend ensuite son unique repas de sang qui peut durer entre 3 et 5 jours.

« Soyez prudent : la tique peut être porteuse de nombreux microbes à l'origine de maladies chez l'homme et l'animal. »

# L'info TIQUES



## Les lieux probléma'tiques

### LES MILIEUX HUMIDES LUI SONT FAVORABLES

Grandes herbes et fougères en lisière de forêt, chemins forestiers embroussaillés, sols forestiers, prairies humides...



### UN ACARIEN GRIMPEUR ET COUREUR

- . La tique ne tombe pas des arbres.
- . La tique se déplace sur le sol avant de se suspendre sur un végétal.
- . La tique attend le passage d'un animal pour s'accrocher à son futur hôte.
- . La tique rejoint une zone chaude et humide de la peau pour s'implanter.

### LES SAISONS À TIQUES

La tique peut piquer du printemps (début avril) à l'automne (début novembre) dans tous les milieux où l'humidité est présente.



### ÊTES-VOUS EXPOSÉ ?

Oui, si vous êtes amateur de pleine nature :

- . Randonneur
- . Coureur à pied
- . Ramasseur de champignons
- . Chasseur
- . Pêcheur

Mais aussi, si vous travaillez en tant que :

- . Bûcheron
- . Agent forestier
- . Paysagiste
- . Agriculteur



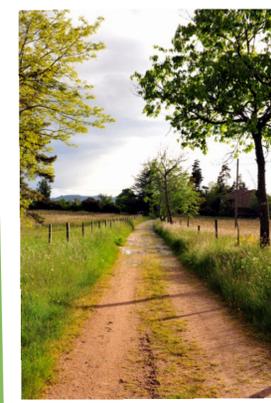
# L'info TIQUES



## Les tactiques de prévention

Choisissez des chemins ou des sentiers bien entretenus.

Évitez les hautes herbes et les broussailles.



Vaporisez vêtements et chaussures de produits anti-tiques avec toutes les précautions d'usage.

### QUELS HABITS PORTER ?

Dans la mesure du possible :

- . Habillez-vous avec des vêtements couvrant le corps entier.
- . Prenez des chaussures fermées.
- . Chaussez éventuellement des guêtres.
- . Mettez des vêtements clairs qui laissent voir plus facilement les tiques.

Faites attention aux contre-indications pour les enfants et les femmes enceintes.



N'oubliez pas d'utiliser aussi un produit anti-tique pour les animaux qui vous accompagnent. En balade eux-aussi peuvent attraper de nombreuses tiques.

# L'info TIQUES



## Les gestes pra'tiques au retour



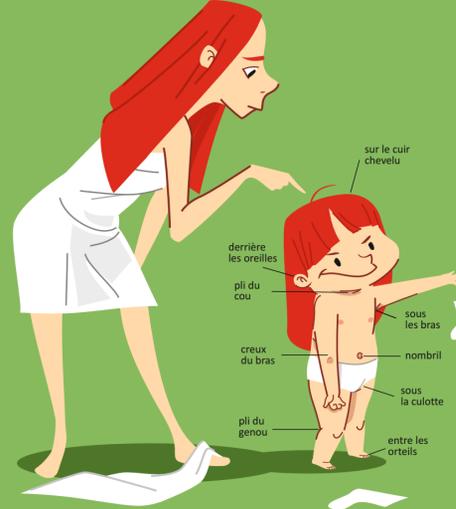
Pourquoi enlever la tique rapidement ?  
Plus elle reste longtemps dans la peau, plus  
le risque de transmission de maladies augmente.

### BIEN S'INSPECTER

Les piqûres de tique ne font pas mal et  
ne grattent pas, elles peuvent passer  
inaperçues.

Il faut donc inspecter minutieusement son  
corps avec une attention particulière pour  
les zones à peau fine et peu visibles, les  
endroits chauds et humides : plis cutanés,  
aisselle, aines, parties génitales,... et en  
particulier chez le jeune enfant : le cuir  
chevelu, le cou et l'arrière des oreilles.

Il est souvent nécessaire de se faire aider  
par un proche ou d'utiliser un miroir  
si vous êtes seul.



### ET APRÈS L'INSPECTION

Prendre une douche ou un bain dans les  
2 heures qui suivent votre sortie permet  
de se débarrasser des tiques qui ne sont  
pas encore agrippées.

Ne pas remettre les vêtements portés  
dehors après la douche, une tique peut s'y  
cacher ! Les laver rapidement.  
Attention, elles peuvent aussi  
s'accrocher à vos chaussures.



Cet examen doit être  
attentif car la tique, le plus  
souvent au stade de  
nymphe, ne mesure que  
1 à 3 mm et ressemble à un  
bouton anodin. Il peut être  
utile de faire une nouvelle  
inspection le lendemain car  
la tique, en partie gorgée  
de sang, sera plus visible.



N'oubliez pas d'inspecter aussi  
vos animaux de compagnie, ils  
sont des porteurs privilégiés des  
tiques et peuvent vous les  
transmettre.



# L'info TIQUES



## Les gestes destruc'tiques



Pour enlever la tique, utilisez un tire-tique, c'est l'outil le plus adapté ! Il permet le retrait par rotation sans compresser le corps du parasite. Cet outil est disponible en pharmacie et en animalerie.

### LES 4 ÉTAPES NÉCESSAIRES

1 - Glissez le crochet sous la tique sans l'écraser, au plus près de la peau, insérez la tique dans la fente du tire-tique.

*(A défaut, utilisez une pince fine : saisissez la tique à la base sans l'écraser et tirez vers le haut sans tourner.*



2 - Tournez doucement comme avec un tournevis (2 ou 3 tours) jusqu'à ce que la tique se décroche.



3 - Après avoir enlevé la tique, désinfectez la peau avec un antiseptique.



4 - Sans la toucher à mains nues, mettez la tique dans un mouchoir ou sur un adhésif pour la tuer. Ensuite, jetez-là à la poubelle, ou mieux, envoyez-là à Citique.



**Astuce !**  
Un tire-tique «fait maison»  
Utilisez une attache de sachet alimentaire fendue sur un côté.

### GESTES À NE PAS FAIRE

Ne mettez aucun produit sur la tique, (vaseline, éther, essence, alcool, anesthésiques locaux, ...).

Ne comprimez surtout pas le corps de la tique avec les ongles ou autre outil.



Car vous risquez :

- de lui faire régurgiter dans votre peau les microbes qu'elle contient.

- de laisser « sa tête » dans la peau pouvant provoquer une inflammation nécessitant de consulter un médecin ou un pharmacien.



### RECHERCHE CITIQUE

Des chercheurs de l'INRA, associés à plusieurs partenaires, ont lancé en 2017 le projet de recherche participative CITIQUE. Celui-ci mobilise des citoyens volontaires pour mieux connaître les tiques et les agents infectieux qu'elles transportent.

Si vous souhaitez vous impliquer dans ce projet, c'est très simple !

1. **SIGNALEZ** vos piqûres de tiques ou celles d'animaux.

2. **PHOTOGRAPHIEZ** les tiques retirées.

3. **ENVOYEZ** vos tiques à :

Projet CITIQUE, Laboratoire  
Tous Chercheurs de Nancy,  
Centre INRA, 54280  
Champenux

4. **PARTICIPEZ** vous-même à l'analyse des tiques au laboratoire.

Plus d'infos sur <https://www.citique.fr>



Vous pouvez aussi télécharger l'Application Signalement TIQUE

# L'info TIQUES



## En cas de piqûre, quel diagnos'tique ?

- Toutes les tiques ne sont pas porteuses de maladies.

- Certaines maladies dont la maladie de Lyme peuvent être transmises par la tique à l'homme ou à l'animal au moment d'une piqûre.

- La maladie de Lyme n'est pas contagieuse, elle ne se transmet pas par contact avec un animal porteur de la tique (oiseaux, chiens, chat) ni d'une personne à une autre.



Selon la zone géographique étudiée, de  
**5%**  
à plus de  
**20%**  
des tiques sont infestées par la bactérie responsable de la maladie de Lyme.

### EN CAS DE PIQÛRE, SURVEILLEZ LA ZONE PIQUÉE PENDANT UN MOIS.



#### Dans les jours ou semaines qui suivent la piqûre d'une tique

Une plaque rouge, appelée «érythème migrant», peut apparaître autour de la zone de piqûre et s'étendre progressivement.

#### A ce stade, une consultation de votre médecin traitant s'impose.

L'érythème migrant est caractéristique de la maladie de Lyme. Si son diagnostic est confirmé, aucun examen complémentaire n'est utile à ce stade, un traitement antibiotique de 2 à 3 semaines vous sera prescrit.

#### Quelques semaines ou mois plus tard

En l'absence de traitement, peuvent survenir :

- des atteintes du système nerveux (nerfs, paralysie faciale, méningite, etc.) et des articulations (arthrite du genou surtout),
- plus rarement des atteintes de la peau, du cœur (troubles du rythme) et/ou de l'œil.

Ces atteintes justifient une consultation spécialisée des services d'infectiologie des hôpitaux pour confirmer le diagnostic de maladie de Lyme et prescrire un traitement antibiotique adapté.

#### Après plusieurs mois ou années

Toujours en l'absence de traitement, des atteintes chroniques du système nerveux, des articulations ou de la peau peuvent s'installer.

