

Protégez-vous des tiques !

Thème

Les tiques sont de petits parasites qui se nourrissent du sang des animaux, y compris des êtres humains. Elles sont présentes toute l'année, mais les morsures de tiques se produisent principalement de mai à juillet.

Une morsure de tique est généralement inoffensive et ne provoque qu'une réaction locale temporaire. Cependant, dans certains cas, la tique peut être porteuse de pathogènes (virus ou bactéries) pouvant être transmis par la salive de la tique lors de la morsure. Parmi les [maladies transmises par les tiques](#), la plus courante est la maladie de Lyme.

Que puis-je faire pour éviter une morsure de tique ?

Adoptez ces comportements pour limiter les risques de morsure.

- Promenez-vous sur les chemins balisés et évitez le contact avec les buissons ou les herbes hautes.
- Portez des vêtements couvrant les membres (pantalons dans les chaussettes, longues manches ...) et des chaussures fermées (évitez les tongs ...).
- Portez des vêtements clairs : les tiques seront plus faciles à voir sur vos vêtements.
- Utilisez un répulsif anti-tiques, anti-insectes sur la peau.

Sur cette page « [Mesures pour éviter une morsure de tique](#) », vous trouverez des informations importantes, des astuces pratiques et des précautions lors de l'utilisation de répulsifs.

Que dois-je faire après une balade dans la nature ?

Après un contact avec la nature (jardin, parc, forêt ...), il faut **inspecter tout le corps** à la recherche de tiques, puisqu'une tique peut être très petite. Une tique passe sous vos vêtements et se déplace sur le corps.

Vérifiez surtout, si besoin avec l'aide d'une autre personne ou d'un miroir :

- votre tête et votre chevelure ;
- derrière vos oreilles ;
- vos aisselles ;
- votre nombril ;
- votre aine ;
- entre vos fesses ;
- derrière vos genoux ;
- entre vos orteils.

Que dois-je faire en cas de morsure ?

Il est conseillé de retirer la tique dès que possible de façon appropriée.

Utilisez une carte à tiques, une pince fine, une pince à tiques ou un crochet tire-tiques. Lisez attentivement la **notice** avant de retirer la tique.

- **Évitez d'écraser** l'abdomen de la tique.
- **Ne tournez pas** la tique.
- Retirez la tique calmement, en un **seul mouvement**.
- **Désinfectez la zone autour de la morsure de tique** après l'avoir retirée.

D'autres conseils sont disponibles sur la page « [Quelques conseils pour prévenir et réagir](#) » du site de l'AViQ.

Conseils supplémentaires

- **N'essayez surtout pas d'anesthésier la tique avec de l'alcool, de l'éther ou de l'huile**. Cela augmente le risque de transmission de maladie.
- **Ne brûlez pas** la tique.

- **Éliminez la tique correctement.** Ne la jetez pas telle quelle dans les poubelles ou les WC car elle pourrait survivre et revenir. Mettez-la dans un sac en plastique hermétique ou dans de l'alcool, puis jetez-la.

Suivi des symptômes

Après une morsure de tique, **surveillez l'apparition de symptômes** pendant un mois. Consultez le médecin si une tache ou un anneau rouge apparaît à l'endroit de la morsure ou si vous avez des symptômes grippaux. Consultez la page « [Quels sont les signes de la maladie ?](#) » pour plus d'informations.

Puis-je me faire vacciner contre les maladies transmises par les tiques ?

Il existe **un vaccin contre l'encéphalite à tiques**, mais pas contre les autres maladies comme la maladie de Lyme.

Il y a des recommandations officielles pour la vaccination contre l'encéphalite à tique. Consultez [la fiche sur le vaccin contre l'encéphalite à tiques](#) pour plus d'informations.

Comment est évalué le risque actuel de morsure de tiques en Belgique ?

Grâce au projet [Tiquesnet](#) mené par l'Institut belge de santé, Sciensano, il est possible de savoir le risque de morsures chez les humains. Plus il y a de notifications, plus les données seront précises. Participez au projet en notifiant vos morsures de tiques pour vous-même ou pour un proche.

Cette information a été fournie par [PharmaInfo.be](#), une initiative de l'AFMPS.

Avez-vous encore des questions après avoir lu ces informations ?

Contactez votre médecin ou votre pharmacien.