



Tiques

Les tiques sont de petits arachnéens qui deviennent actifs dès que la température dépasse 7°C. Ils peuvent alors se déplacer des hautes herbes ou des buissons vers les animaux ou les humains et s'accrocher à la peau pour sucer le sang. La morsure d'une tique est souvent inoffensive et indolore, mais la tique peut être infectée par une maladie qui peut être transmissible à l'homme. La [maladie de Lyme](#), [l'encéphalite à tiques](#), la [fièvre à tiques africaine](#), la fièvre hémorragique de Crimée-Congo et le typhus des broussailles en sont des exemples.

Zones à risque

Les infections par les tiques surviennent dans le monde entier. En Europe, le risque est surtout de contracter la maladie de Lyme et l'encéphalite à tiques.

Prévention

Herbes hautes

Restez sur les sentiers et ne marchez pas dans les herbes hautes.

Camper

Ne campez pas en lisière de forêt ou aux abords du camping.

Vêtements de protection

Couvrez votre corps de vêtements :

- Rentrez les bords de votre pantalon à l'intérieur de vos chaussettes.
- Portez éventuellement des vêtements imprégnés principalement de perméthrine.
- Portez des chaussures robustes et hautes.
- Faites porter une casquette aux jeunes enfants lors d'une promenade dans les bois.
- Portez des vêtements clairs pour mieux voir les tiques.

Produits anti-moustiques

Mettez des produits contre les insectes sur la peau.

Lest produits à base de [DEET](#), [IR 3535](#), [\(p\)icaridine](#) ou de [citriodiol extrait](#) de l'huile d'eucalyptus sont ont un effet repellant contre les tiques, mais cet effet est moins fort et de de plus courte durée que contre les moustiques.

Inspection

Après une **promenade dans la nature**, inspectez systématiquement tout le corps :

- Tête
- Ligne des cheveux
- Derrière les oreilles
- Aisselles
- Périnée
- Aines
- Plis du genou
- Entre les orteils

Si vous **campez**, inspectez votre corps au moins **une fois par jour**.

Inspectez également les vêtements. Enlevez les tiques en lavant les vêtements à soixante degrés ou en les mettant quinze minutes dans le sèche-linge.

Piqûre de tique

Une tique sur le corps?

- Enlevez la tique dès que possible : calmement et d'un seul geste avec une fine pince à épiler ou une carte à tiques, sans appuyer sur l'abdomen de la tique.
- Ne mettez pas d'éther, d'alcool ou d'huile sur la tique, ne l'aplatissez pas, ne la brûlez pas et ne la tordez pas.
- Désinfectez la zone autour de la morsure de tique avec de l'alcool à 70 % après l'avoir enlevée.
- Notez la date et l'endroit de la morsure.
- Si cette mosrure a eu lieu en Belgique, vous pouvez le notifier sur <https://tiquesnet.sciensano.be>.
- Surveillez l'endroit de la morsure pendant trois mois. Consultez un médecin si un cercle rouge apparaît ou si vous présentez des symptômes semblables à ceux de la grippe, comme de la fièvre.

En cas de fortes démangeaisons, utilisez éventuellement:

- Une pommade à la cortisone une fois le soir (pas plus souvent en raison du risque d'infection de la plaie)
- Un antihistaminique (médicament contre les réactions allergiques)

Tant qu'il n'y a aucun signe d'infection ou d'allergie, vous n'avez rien d'autre à faire.

En cas de [symptômes sévères](#), comme de la fièvre ou une réaction allergique grave, un avis médical est nécessaire.