

Les tiques attaquent

Entre autres réjouissances, les jeux dans la nature entre mars et octobre sont le moment idéal pour rencontrer ces charmantes petites bêtes connues sous le nom de tiques. Elles essayeront de partager avec toi des moments privilégiés et intimes. Dans cette fiche, tu trouveras les façons de leur faire face afin que ces p'tites bêtes ne vous empêchent pas de passer d'excellents moments dehors !

C'est quoi une tique ?

La tique, appelée aussi pou des bois, se fixe à la peau et se nourrit de sang frais. **Environ une tique sur deux** est porteuse d'une ou plusieurs bactéries, parasites ou virus qu'elle a contractés lors de son repas de sang précédent sur, par exemple, un rat ou une souris. La tique transmet alors ces micro-organismes après s'être gorgée de son sang frais. En Belgique, une morsure de tique peut couramment occasionner **une dizaine de maladies**, dont 10% se transmettent directement à la morsure et peuvent être difficiles à détecter et à soigner. À l'est de nos frontières, l'encéphalite à tiques est présente et peut causer de graves séquelles. Il est donc recommandé d'éviter les morsures de tiques en employant des répulsifs ou des vêtements imprégnés.



et sous les vêtements avant de choisir un endroit de morsure).

- Utiliser des répulsifs anti-moustiques à base de DEET (concentration : 20% minimum, et 30% maximum).

S'inspecter régulièrement

Chaque fin de journée, réaliser une **inspection minutieuse** de la peau... et des vêtements. Si ceux-ci sont de couleur claire, les tiques seront plus facilement repérables. Les tiques peuvent mordre n'importe où sur le corps, mais apprécient particulièrement les recoins chauds et humides (aisselles, parties intimes, nombril, creux des genoux, derrière les oreilles mais aussi dans les cheveux).

Les **cheveux** méritent une attention particulière, car il est très difficile d'y retrouver des tiques, même avec le peigne à poux.

- Chez les plus jeunes, c'est toi qui te chargeras de cette inspection.
- Chez les plus grands, tu peux les laisser faire eux-mêmes. Toutefois, pour les endroits qui sont inaccessibles à leur propre regard, il leur faudra utiliser un petit miroir... ou demander de l'aide, ce qui peut s'avérer gênant.

La maladie de Lyme

En Belgique, la maladie la plus connue est la maladie de Lyme. On estime entre 1 et 4,5 chance(s) sur 100 le risque de la développer suite à une morsure. Cette maladie peut évoluer vers des formes plus graves et plus difficiles à soigner (dont affections neurologiques ou articulaires, douleurs, manque de concentration...), parfois jusqu'à des années après. Toutes les tiques ne sont pas infectées par la maladie, et heureusement, mais il importe néanmoins de bien se protéger !

Prévenir plutôt que guérir

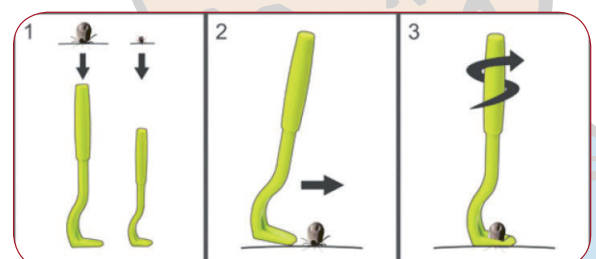
Pour se protéger en évitant purement et simplement les morsures, il est donc vivement conseillé de :

- Porter des sous-vêtements avec de forts élastiques et du tissu en mailles serrées pour empêcher le passage des tiques.
- Couvrir les cheveux.
- S'il ne fait pas trop chaud, privilégier le port de pantalons longs et les insérer dans ses chaussettes.
- Après l'activité, enlever au plus vite ses vêtements (les tiques peuvent se déplacer plusieurs heures sur

En cas de morsure

La prévention des stades avancés de la maladie passe par plusieurs étapes :

- Avant toute chose, il faut **enlever la tique** de la peau à l'aide d'un tire-tiques spécial. En forme de pied-de-biche, celui-ci évitera d'écraser la tique en la retirant. Une tique retirée correctement de l'endroit où elle a mordu (avec, ensuite, une bonne désinfection de la zone, de préférence avec un désinfectant sans alcool de type Hibidil) et avant qu'elle ait pu se gorger de sang (dans les 8 heures) permet très souvent d'éviter la maladie de Lyme.



Source : www.lyme-int.com/enlever-une-tique/

TAMALOU

Les tiques attaquent

Aucun produit pour retirer la tique !

Lorsqu'une tique a peur ou mal, elle réagit en régurgitant. Les risques de contamination sont dès lors plus importants. Éther, alcool, huiles essentielles ou encore huile, vaseline, savon et autres produits sont dès lors à éviter absolument.

L'inspection ne s'arrête pas une fois la tique retirée. En effet, Dans 63% des cas de contamination, on observe l'apparition d'une **auréole rouge** (appelée érythème migrant) qui s'agrandit autour du point de morsure. Soignée à grands renforts d'antibiotiques, cette auréole permet de repérer facilement la maladie de Lyme mais, dans 37% des cas, il n'y a pas de symptômes spécifiques.



2. Il est ensuite conseillé de montrer à un médecin et de traiter les **morsures à risque** :

- tique retirée de manière incorrecte (si elle a été comprimée ou qu'un produit a été appliqué sur la tique avant le retrait) ;
- morsure localisée sur la tête ou chez une femme enceinte ;
- tique restée en place plus de 8 heures ;
- présence de signes qui montrent que le repas de sang a commencé.

Un doute ?

La tique n'a pas été entièrement retirée ? Pas de panique : fais simplement appel, sans tarder, à un médecin généraliste, ou conseille aux parents de le faire.

3. **Prévient les parents** des jeunes mordus pendant le camp afin qu'ils surveillent leurs enfants pendant les trois semaines à trois mois qui suivent le retour, avec un suivi médical régulier des symptômes les plus fré-

Nos conseils

Pour réagir sereinement aux tiques qui prolifèrent dès que la température extérieure atteint 7°C, nous recommandons à chaque section :

- d'équiper sa malle à pharmacie d'un tire-tiques, bon marché mais simple à utiliser et très efficace ;
- de consigner les morsures de tique dans le carnet de soins (date et endroit de la morsure) afin de les surveiller jusqu'à la fin de l'info et de transmettre l'info aux parents pour leur permettre de continuer le suivi à la maison.

quents : auréole rouge autour du point de piqûre et/ou de la fatigue, des douleurs articulaires et des maux de tête. Il n'y a en général ni fièvre, ni toux.

Faire avancer la recherche

L'institut de Santé publique (ISP) invite les Belges mordus par une tique à lui envoyer gratuitement par courrier le ou les spécimens incriminés. L'objectif de l'étude est d'augmenter les connaissances sur la présence de bactéries ou parasites dans les spécimens et dans les différentes provinces. La collecte de tiques s'étend du 1^{er} avril au 31 octobre 2017. Procédure complète sur <https://tiquesnet.wip-isp.be>

L'encéphalite à tiques

Ceci concerne avant tout les camps hors de la Belgique, mais les zones touchées s'étendant, autant prévenir tout le monde ! Actuellement, en Belgique, on peut trouver des tiques porteuses du virus de l'encéphalite à tiques. Cette maladie sévit principalement en Europe centrale, mais il y a également des foyers en Europe du nord.

L'encéphalite à tiques est une méningo-encéphalite virale, habituellement bénigne. Mais, en cas de complications, elle peut être redoutable et causer une paralysie ou d'autres atteintes du système nerveux central comme la perte de l'orientation spatiale et temporelle. Il n'y a **pas de traitement** de l'encéphalite à tiques et les mesures de protection personnelles (vêtements couvrants, chaussures fermées, répulsif "anti-moustique" à base de DEET, inspections régulières) ne sont pas suffisamment efficaces. La **vaccination** est possible et recommandée par l'Institut scientifique de santé publique pour des séjours dans les zones rurales et boisées de ces régions. Le vaccin constitue la seule possibilité d'éviter de contracter la maladie. Soyez donc vigilant lors de votre camp dans un pays à risque, en particulier si vous n'avez pas été vacciné au préalable.

Informations :

www.vaccination-info.be/vaccinations-du-voyageur/vaccination-contre-l-encephalite-a-tiques-d-europe-centrale

Renseignez-vous auprès de votre médecin ainsi qu'auprès de votre mutuelle pour un éventuel remboursement, total ou partiel. Comme les signes de maladie n'apparaissent que 12 jours après une morsure, peuvent disparaître et réapparaître après 30 jours, rappez aux parents des scouts les dates et lieux des épisodes de morsures subies durant les activités.