

MALADIE DE LYME

Inspectez votre corps à la recherche de tiques après une activité à l'extérieur

La présence de tiques pouvant transmettre la maladie de Lyme a été documentée dans plusieurs régions du Québec, dont la nôtre, et le nombre de personnes infectées augmente année après année. Les personnes faisant des activités à l'extérieur (randonnée, jardinage, camping, etc.), et pouvant être en contact avec la végétation, risquent davantage d'être exposées aux tiques.

Comment bien se protéger?

Comme cette maladie est transmise par la piqûre d'une tique :

- Demeurez dans les sentiers et évitez de frôler la végétation lors de vos activités à l'extérieur.
- Appliquez un chasse-moustiques à base de DEET.
- Portez des vêtements de couleur pâle qui couvrent la peau et mettez vos chaussettes par-dessus les pantalons.
- Prenez une douche après l'activité, examinez votre corps et retirez les tiques

Que faire en cas de piqûre?

En cas de piqûre, appelez Info-Santé au 811 et retirez la tique. Plus elle est enlevée rapidement, plus les risques de transmission de la maladie sont réduits. Utilisez une pince fine, comme une pince à sourcils. Évitez d'utiliser vos doigts ou vos ongles, car vous pourriez écraser la tique et favoriser la transmission de la bactérie responsable de la maladie.

Quels sont les symptômes?

Le symptôme le plus courant est une rougeur sur la peau, autour de l'endroit de la piqûre. Cette rougeur est présente dans 60 à 80 % des cas d'infection. Elle s'agrandit de jour en jour et atteint généralement plus de 5 cm de diamètre. D'autres symptômes peuvent être associés à cette maladie :

- Fièvre
- Fatigue
- Maux de tête
- Raideur à la nuque
- Douleurs musculaires

Quand faut-il consulter?

Consultez un médecin si vous présentez un ou plusieurs des symptômes de la maladie de Lyme dans les 3 à 30 jours après avoir été piqué.

Pour plus d'information sur la maladie de Lyme www.santeestrie.qc.ca/lyme.