



Liz

Liga für Zeckenranke Schweiz

Ligue suisse des personnes atteintes de maladies à tiques

Lega svizzera dei malati vittime delle zecche

Swiss League for Patients with Tick-borne Diseases



**Ne te laisse pas taquiner
par les tiques**



Simone Niggli-Luder
Championne du monde de course
d'orientation
Sportive suisse de l'année 2003

Déjà dans mon enfance, la forêt était pour moi la plus belle des places de jeux. Aujourd'hui encore, j'aime être en plein air et je passe des jours entiers dehors pour l'entraînement et la compétition.

Mais la plus belle place du monde, la forêt, cache aussi quelques dangers, tout comme la circulation sur les routes.

On peut vivre avec ces dangers. Mais il faut se comporter de façon à ce qu'aucune tique ne puisse s'accrocher.

La brochure ci-jointe de la LiZ contient de bonnes informations sur les tiques: d'où viennent-elles, comment se comporter de façon à ce qu'une tique ne s'accroche pas et que faire, si cela est arrivé.

Je vous souhaite beaucoup de plaisir à lire cette brochure et à nous tous un beau printemps et beaucoup de belles promenades en forêt sans souci!

Les tiques sont partout

Dans le monde il y a environ 850 sortes de tiques. En Europe, c'est la tique dure *Ixodus ricinus*, qui transmet la maladie à l'homme. On l'appelle aussi la tique du mouton.

Les tiques ont besoin d'un climat tempéré et humide et vivent jusqu'à une altitude de 1500 m. Son espace de vie est la végétation basse, les buissons, l'herbe, les haies, les prairies, les parcs et les jardins. Elles se cachent dans les feuillages, les sous-bois et les taillis.

Mesures à prendre lors de promenades en forêt

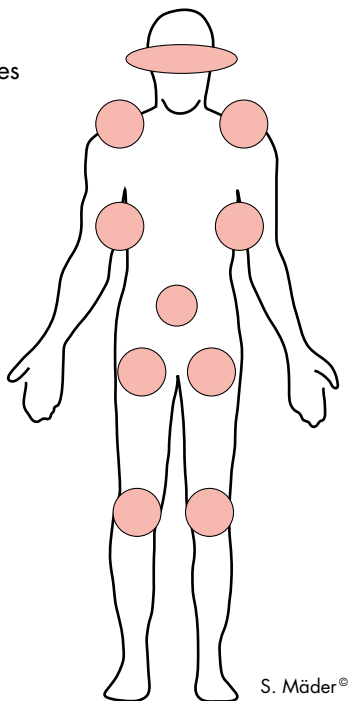
Afin de pouvoir nous promener sans souci en plein air, nous devons respecter quelques règles:

- Porter des chaussures fermées
- Se couvrir les jambes
- Remonter les chaussettes sur les pantalons
- Employer un bon répulsif (attention: les répulsifs n'agissent qu'un court laps de temps)
- Lors de promenades et de jeux ne pas longer les haies et les arbustes. Evitez de traverser prairies et broussailles.
- Après avoir passé un moment en plein air, se doucher, bien frotter la peau et examiner son corps afin de déceler toute tique qui s'y serait accrochée.
- Soyez très attentifs lorsque vous vous couchez dans la forêt, dans la prairie, dans les parcs et les jardins.

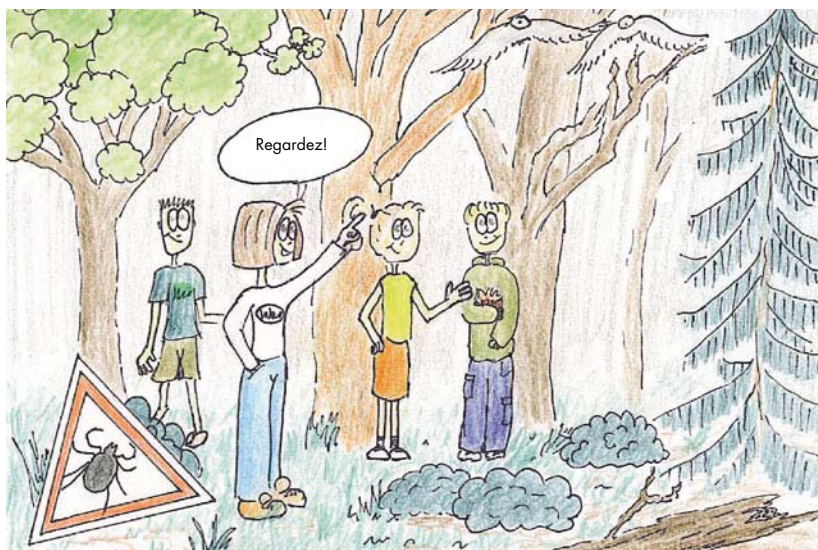
Les parties du corps à observer

Les tiques piquent dans des endroits bien ciblés. Les endroits les plus fréquents sont:

- Les creux des bras et des genoux
- La région pubienne, l'intérieur des cuisses
- L'intérieur et autour du nombril
- Sous les aisselles
- Les épaules, le cou, la nuque
- A la naissance des cheveux
- Derrière les oreilles



Le processus de la piqûre dans la peau de l'hôte dure environ 10 minutes. Les dents de scie fixent le rostre dans le canal de la piqûre. Par cette action la tique sécrète de la salive, qui anesthésie l'endroit de la piqûre. Cela empêche la coagulation du sang et dissout le tissu de la victime. Tout se passe sans que l'hôte ne s'en aperçoive.



Dessiné par A. Neumann; Bezirksschule Brugg 3c

Quand le soleil brille, le «quatuor sauvage» va dans la forêt et vit des aventures passionnantes. Là, le groupe peut faire du tapage sans déranger personne.



Lyme, Borri, Sans-souci et Quitsch font un grand feu. Autour du feu, ils se demandent à quoi ils vont jouer. Jouer à cache-cache serait une bonne idée – allons-y !



Lyme et Borri cherchent Sans-souci. Où se cache-t-elle? Dans la forêt, il y a des dangers auxquels les enfants ne pensent pas. Mais qu'est-ce qui grimpe le long de la jambe de Sans-souci?



C'est une tique qui met son rostre dans la peau. Pendant des jours, la tique aspire de petites portions de sang. Le sang avalé s'épaissit dans l'intestin de la tique afin d'augmenter la quantité de nourriture. Ensuite, le liquide avalé, mélangé à la salive, est rejeté dans la blessure. Ainsi des agents pathogènes peuvent être transmis de la tique à l'homme. Que va faire Sans-souci maintenant?

Que faut-il faire après une piqûre de tique?

1. Extraire la tique le plus rapidement possible.
2. Ne pas traiter avec de l'huile ou d'autres substances semblables.
3. Retirer la tique avec une pince en la saisissant aussi près que possible de la peau. D'un trait vertical et régulier extraire la tique.



baxter.de®

4. Bien désinfecter l'endroit de la piqûre.
5. Observer l'endroit de la piqûre (rougeurs?)
6. En cas de complications (grippe, maux de tête, rougeurs, douleurs articulaires etc.) consulter un médecin.

En prenant ces mesures de protection, vous jouirez des premiers rayons du printemps et de l'été qui vient.

Beaucoup de plaisir lors de vos promenades et activités dans la nature!



LIZ

Liga für Zeckenranke Schweiz
Ligue suisse des personnes atteintes de maladies à tiques
Lega svizzera dei malati vittime delle zecche
Swiss League for Patients with Tick-borne Diseases

Notre secrétariat accueille volontiers vos questions et vos suggestions.

Ligue suisse des personnes atteintes de maladies à tiques

Secrétariat

3000 Berne

Tél. 076 394 25 58

CP: 30-674735-4

info@zeckenliga.ch

www.zeckenliga.ch

L'impression de cette brochure est soutenue par:



**QUI VEUT UN
RIVELLA ROUGE?**
ET VOUS, DE QUELLE COULEUR EST VOTRE SOIF?

