

Evitez les mauvaises rencontres avec les tiques

Elles sont de sortie avec le printemps. Voici comment éviter ces petites bêtes qui transmettent la maladie de Lyme.

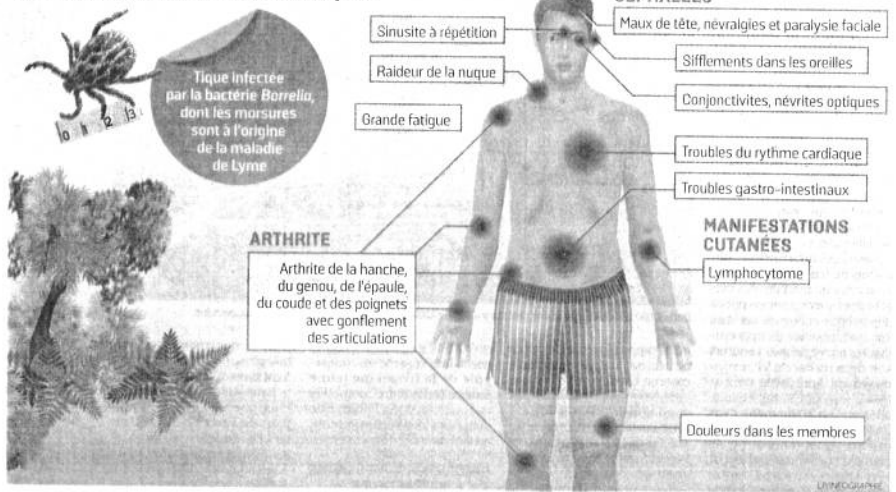
PARALINE GÉRARD

Elles émergent de leur léthargie hivernale pour escalader les végétaux à hauteur de promeneur. Redoutées, les tiques ne doivent cependant pas empêcher de profiter des beaux jours. « Ce n'est pas parce qu'une tique est infectée par la *Borrelia burgdorferi*, cette bactérie responsable de la maladie de Lyme, que vous tomberez malade. Le risque de transmission est assez faible », rassure Muriel Vaysier-Taussat, directrice de recherche à l'Inra. Mais, en l'absence de vaccin contre la borreliose, voici de quoi éviter une mauvaise rencontre.

HAUTES HERBES - DANGER

Sous-bois, prairies... « Partout où l'on marche parmi les herbes humides, on peut en trouver », prévient notre spécialiste. Lorsqu'elles ont faim, les tiques se mettent au sommet des brins pour attendre leur proie. « L'homme n'est qu'un hôte accidentel. Elles se nourrissent d'abord du sang des petits rongeurs, des sangliers ou des cervidés », rappelle-t-elle. Alors, en forêt, on évite le hors-piste. « Si on reste sur les sentiers, le risque est quasi nul. » Prudence en montagne, « on commence à en croiser de plus en plus en altitude, sans doute en raison du changement

Les symptômes de la maladie de Lyme



27 000

Le nombre de personnes touchées chaque année par la maladie de Lyme en France.

climatique ». Les jardins n'en sont pas indemnes : mieux ils sont entretenus, moins on en trouve. Pour connaître les zones où elles prolifèrent, consulter l'application Signalement Tique* de l'Inra.

LES 5-9 ANS, NOUVELLE CIBLE
Si les forestiers et les chasseurs les

connaissent bien, les enfants sont aussi de plus en plus vulnérables. « Les habitations récemment construites à proximité des forêts induisent un risque pour les 5-9 ans qui, devenant autonomes pour la toilette, échappent à l'inspection quotidienne de la part des parents », alerte de son côté Sandrine Capizzi, parasitologue à la faculté de Nancy, sur le site The Conversation. Alors, on zappe le short et les tongs pour un pantalon « dont on rentre bien le bas dans les chaussettes », conseille Muriel Vaysier-Taussat. Plus vos vêtements sont couvrants, mieux c'est. Et on n'oublie pas la casquette pour les tout-petits : les tiques peuvent aussi viser le cuir chevelu.

APRÈS LA BALADE, INSPECTION OBLIGATOIRE

C'est ce que fait la chercheuse quand elle part avec des collègues en campagne de prélèvements. Et à chaque fois, « on en a ! Il faut regarder partout, y compris dans le dos, insiste-t-elle, car plus vite on l'enlève, moins le risque de transmission sera important. » Des données européennes ont montré que le risque de transmission de la borreliose est réel dès 24 heures d'attachement. Il est maximal à partir de 72 heures. Or on ne sent pas la morsure.

UNE PIQÛRE, ON SURVEILLE !

D'abord, on enlève la bestiole et pour cela pas besoin d'un tire-tique. « On

l'attrape avec les doigts et on tourne. On ne tire pas ! Et s'il reste des morceaux de son petit harpon, on termine à la pince à épiler, puis on désinfecte. » Puis chaque soir, on regarde comment cela évolue. S'il apparaît une rougeur, on consulte. « Il s'agit d'une sorte de halo rouge qui s'étend lentement du centre vers la périphérie alors que le centre s'éclaircit », précise la spécialiste. La difficulté, c'est qu'il ne gratte pas. On peut passer à côté. L'autre signe de l'infection, c'est l'état grippal (douleurs articulaires, fièvre) : là encore, on consulte. Pris à temps, un traitement antibiotique adapté vous tirera d'affaire.

*<http://ephytia.inra.fr/fr/P/159/>
Signalement, TIQUE