

# TIQUES : SOYONS ATTENTIFS !



De mai à octobre, forêts, prairies, pelouses et jardins constituent le terrain de jeu favori pour les tiques. Lors de vos promenades, prenez des précautions pour limiter les morsures de tiques. Généralement inoffensives, elles transmettent parfois la maladie de Lyme dont les conséquences peuvent être graves pour votre santé. L'ONF vous informe sur les gestes de prévention à connaître !

j'aime  
la forêt  
ensemble,  
protégeons-la !

## Guide des bonnes pratiques

### Les tiques, c'est quoi ?

La tique est un acarien qui vit dans les bois, buissons, hautes herbes et broussailles. Elle peut aussi se rencontrer dans des prairies, jardins, parcs... Postée sur des herbes hautes, elle repère sa cible (chevreuils, daims, campagnols, mulots, écureuils, oiseaux, chiens, chevaux, bovins, les hommes, etc.) puis s'accroche sur elle. Elle se nourrit de son sang pour se développer et mord donc à chacun de ses stades de développement. **Elle devient porteuse de la bactérie responsable de la maladie de Lyme lors d'un repas sur un animal infecté. La tique peut ensuite mordre l'homme et lui transmettre la bactérie.**



- ✓ **Portez des vêtements couvrants, clairs, des chaussures fermées.** L'astuce consiste aussi à enfiler le bas du pantalon dans les chaussettes évitant de laisser la peau à découvert. En forêt, mieux vaut rester sur les chemins et éviter les espaces broussailleux.
- ✓ De retour chez vous, **un examen minutieux du corps s'impose.** Les risques d'infection sont réduits si les tiques sont retirées rapidement, idéalement dans les premières 24 heures après la morsure. Méfiez-vous, les tiques peuvent être très petites, difficile à repérer.
- ✓ En cas de présence d'une tique accrochée à la peau,

retirez-la au plus vite à l'aide d'un tire-tique, vendu en pharmacie ou, à défaut, d'une pince à épiler puis désinfectez la zone immédiatement. **Il ne faut pas la retirer à la main, ni l'écraser, ni appliquer d'alcool ou d'éther dessus.**

- ✓ **Surveillez la zone de morsure** pendant les 4 à 6 semaines qui suivent. Si une forte rougeur (plaque rouge de 5 cm) s'étend sur le corps et/ou des symptômes grippaux se manifestent (fièvre, maux de tête, douleurs musculaires, etc.), consultez un médecin. Restez attentif, la maladie de Lyme peut s'attraper plusieurs fois.

**Pour en savoir plus :**



Office National des Forêts

[www.onf.fr](http://www.onf.fr)

Suivez-nous également sur :

