

A person with a camera on a tripod is walking away from the viewer on a grassy path. In the background, a river flows through a valley, and a group of people is visible further down the path. The scene is bathed in warm, golden light, suggesting late afternoon or early morning.

INTÉRIALE



**MALADIE
DE
LYME**

Livret Prévention

LES TIQUES ET LA MALADIE DE LYME

La maladie de Lyme, ou borréliose de Lyme, est une maladie pouvant être transmise lors d'une morsure de tique infectée par la bactérie *Borrelia burgdorferi sensu lato*.

Les tiques sont des acariens de très petite taille, visibles à l'œil nu, qui ne volent pas et ne sautent pas. Elles se nourrissent du sang des animaux et des humains.

Les tiques aiment les températures douces et l'humidité, elles vivent en particulier dans les herbes hautes, les fougères, les feuilles mortes et les arbres, en pleine nature mais aussi dans les parcs et les jardins. Les tiques sont actives de mars à octobre.

Les morsures de tiques sont généralement observées dans les endroits chauds et humides du corps : cuir chevelu, cou, aisselle, coude, nombril, zone génitale, genou, cheville...

La morsure de tique est indolore.



55 000

cas de maladie
de Lyme déclarés
par an

La maladie de Lyme est une maladie émergente ; le nombre de cas augmente chaque année et il est estimé aujourd'hui à 55 000 par an.

En France, au cours de la période 2009-2015, les incidences nationales fluctuaient autour d'une moyenne estimée à 46 cas pour 100 000 habitants. En 2016, le taux d'incidence annuel estimé a augmenté significativement par rapport à 2015, de 51 à 84 cas pour 100 000.

Les études InVS/Cire réalisées entre 2001 et 2015 montrent une diversité géographique des incidences régionales estimées entre 232 pour 100 000 et 24 pour 100 000. (Source : Santé publique France)

SE PROTÉGER DE LA MALADIE DE LYME

Les spécialistes de la maladie de Lyme sont unanimes : mieux vaut prévenir que guérir !

Avant une activité

Lors d'une promenade en forêt, d'un séjour en zone boisée ou végétalisée, de jardinage ou d'une randonnée, voici quelques conseils :

- Portez des vêtements longs avec des élastiques au niveau des poignets et des chevilles, rentrez vos bas de pantalons dans des chaussettes ou guêtres
- Optez pour des vêtements clairs afin de mieux repérer les tiques
- Portez des chaussures fermées
- Munissez-vous d'un drap ou d'une couverture pour vous asseoir
- Prenez un tire-tique et du désinfectant (à utiliser uniquement après le retrait d'une tique).



Pensez aux répulsifs !

Vous pouvez trouver en pharmacie des répulsifs à appliquer sur la peau (ceux contenant du DEET, de l'IR3535, du KBR3023, de l'icaridine ou du citriodiol) ou sur les vêtements (ceux contenant de la perméthrine). Ces produits étant potentiellement toxiques, n'oubliez pas de vous conformer aux précautions d'usage avant toute application. Demandez conseil à votre pharmacien, en particulier pour les personnes les plus fragiles (enfants, femmes enceintes, personnes immunodéprimées ou âgées).

Attention, aucun répulsif contre les tiques n'est efficace à 100 %.

Au retour d'une activité

- Inspectez toutes les zones de votre corps, en particulier les zones où la peau est plus fine.
- Le lendemain, inspectez à nouveau tout votre corps. Les tiques sont généralement plus visibles quand elles sont gorgées de sang



QUE FAIRE EN CAS DE MORSURE DE TIQUE ?



La tique doit être retirée le plus rapidement possible après la morsure. Pour l'extraire, un seul outil : le tire-tique ou crochet à tique.

Le retrait de la tique se fait en 3 étapes :

1

Choisissez un tire-tique adapté à la taille de la tique. Deux tailles de tire-tique existent, un petit pour les nymphes et un plus gros pour les tiques adultes.

2

Insérez le tire-tique sous la tique, au plus près de la peau.

3

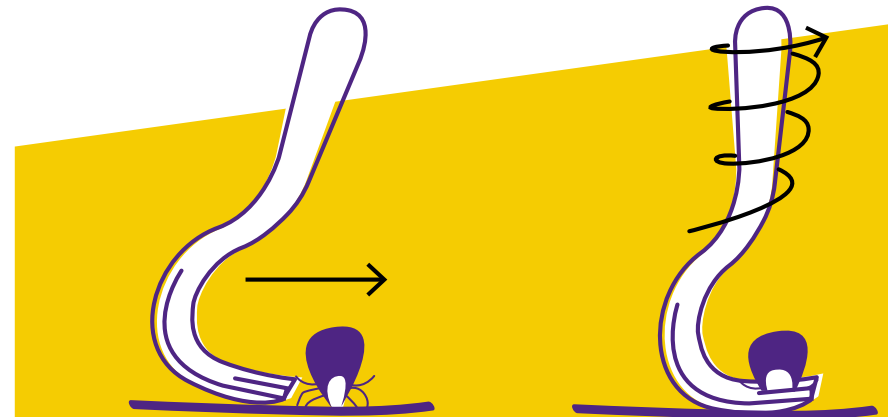
Tirez la tique en la faisant pivoter dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, en maintenant bien le tire-tique perpendiculairement à la peau afin que la tique se décroche plus facilement.

Lors du retrait de la tique, afin qu'elle ne régurgite pas (ce qui augmenterait le risque de contamination si la tique est infectée), deux conseils :

- **N'utilisez pas de pince à épiler, vous risqueriez d'écraser la tique.**
- **Ne déposez pas sur la tique de produit chimique tel que du désinfectant, de l'éther, ou de l'huile...**

Une fois la tique retirée, désinfectez la zone de la morsure et lavez-vous les mains. Il est recommandé ensuite de surveiller la zone de la morsure pendant 1 à 2 mois. En cas d'apparition d'une rougeur ou si vous ressentez de la fatigue, de la fièvre, consultez sans attendre votre médecin traitant.

Si la tête de la tique reste lors du retrait, cela est en général sans conséquence car les bactéries responsables de la maladie de Lyme sont dans l'abdomen de la tique. En revanche, il est important de surveiller la zone de la morsure et de suivre son évolution. En cas de doute, contactez votre médecin traitant.



QUE FAIRE DE LA TIQUE ?

Une fois la tique retirée, vous pouvez signaler votre morsure sur l'application mobile « **Signalement TIQUE** ». Cette application mobile, développée par l'Institut national de recherche agronomique (INRA), contribue à un projet de recherche ayant pour objectif de mieux comprendre les maladies transmises par des tiques.

Une fois le signalement effectué, scotchez la tique sur un papier, reportez le numéro de signalement qui vous aura été transmis et envoyez le tout à l'adresse indiquée par l'application.

Vous pouvez également déposer la tique dans un laboratoire d'analyse qui déterminera si la tique était infectée ou non par la bactérie responsable de la maladie de Lyme. Selon le résultat, un traitement pourra être envisagé par votre médecin traitant.



ET POUR LES ANIMAUX ?

Les tiques peuvent également mordre les animaux de compagnie (chiens, chats) et leur transmettre des maladies dont la maladie de Lyme. Après chaque sortie en extérieur, inspectez bien vos animaux ; les tiques peuvent être difficiles à repérer dans les poils des animaux. Le retrait des tiques s'effectue de la même manière que sur les Hommes.



LES SIGNES DE LA MALADIE DE LYME

La forme localisée (phase primaire)

Le symptôme caractéristique de la maladie de Lyme est l'apparition d'une tache rouge et indolore autour de la zone de la morsure de tique. Cette tâche, appelée érythème migrant, est généralement visible dans les 3 à 30 jours suivant la morsure. Son diamètre s'étend petit à petit jusqu'à une taille souvent supérieure à 5 cm.



La forme disséminée précoce < 6 mois (phase secondaire)

La phase secondaire apparaît quelques semaines à quelques mois après la phase primaire, si l'érythème migrant est passé inaperçu, a été négligé, ou si le traitement de l'érythème a été insuffisant.

Cette phase secondaire peut se manifester par des signes articulaires, des manifestations cardiaques, des manifestations neuro-méningées (atteinte radiculaire, paralysie faciale...). Des atteintes hépatiques, oculaires, ORL ou musculaires sont beaucoup plus rares. Le lymphocytome cutané bénin, non spécifique, est un symptôme important de la phase secondaire, (nodules de 1 à 2 cm de diamètre, rouges ou violacés, plus souvent sur le lobe de l'oreille, les régions péri-aérolaires des seins ou sur le scrotum).

La forme disséminée tardive > 6 mois (phase tertiaire)

À ce stade, les manifestations sont variables et se présentent sous la forme d'atteintes cutanées chroniques (acrodermatite chronique atrophiante), d'atteintes neurologiques chroniques, d'atteintes articulaires chroniques et d'atteintes psychiatriques. D'autres manifestations auto-immunes sont souvent associées.

LE DIAGNOSTIC DE LA MALADIE DE LYME

Le diagnostic de la maladie de Lyme est difficile à réaliser, en particulier en l'absence d'érythème migrant. En cas de doute, si vous avez été exposé à des tiques, une sérologie (test sanguin) pourra être prescrite. La fiabilité de ces tests est remise en cause, c'est pourquoi elle doit être complétée par des examens médicaux.



LE TRAITEMENT DE LA MALADIE DE LYME

Le traitement de la maladie de Lyme repose essentiellement sur la prise d'antibiotiques. La durée du traitement et le type d'antibiotiques prescrits dépendent de la forme de la maladie. D'autres prises en charge peuvent être nécessaires, notamment en cas d'atteintes dermatologiques, rhumatologiques, cardiologiques, ophtalmologiques, psychiatriques et neurologiques.

Pour plus d'informations, renseignez-vous auprès des professionnels de santé ou des centres spécialisés dans la prise en charge de la maladie de Lyme.

**Cette brochure a été réalisée
avec l'aide du Dr Ahed Zedan / Médecin Interniste /
Polyclinique St Côte - Compiègne /
Maladie de Lyme.**