

Se protéger des piqûres de tiques pour prévenir la maladie de Lyme

La Direction de santé publique des Laurentides rappelle les mesures de prévention et de protection à la population

Saint-Jérôme, le 9 juin 2022 – Avec l'été à nos portes, la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides invite la population à se protéger contre les piqûres de tiques, car elles peuvent transmettre la maladie de Lyme. Certains territoires du sud de la région des Laurentides sont particulièrement à risque puisque la présence de tiques infectées y a été démontrée.

Comment faire pour se protéger?

La meilleure façon de ne pas contracter la maladie de Lyme est d'éviter les piqûres de tiques lors d'activités de plein air. Les tiques ne sautent pas et ne volent pas, mais elles peuvent cependant s'agripper à vous ou à votre animal de compagnie lorsque vous êtes en contact avec des végétaux dans un jardin ou un aménagement paysager, dans les forêts, les boisés et les herbes hautes.

Pour éviter les piqûres de tiques :

- marchez de préférence dans les sentiers et évitez les herbes hautes;
- utilisez un chasse-moustiques sur les parties exposées de votre corps, en évitant le visage;
- portez un chapeau, des souliers fermés et des vêtements longs;
- entrez votre chandail dans votre pantalon;
- entrez le bas de votre pantalon dans vos chaussettes ou vos bottes;
- portez des vêtements de couleurs claires lors de vos promenades. Les couleurs claires rendent les tiques plus visibles.

Pour plus d'informations sur comment identifier une tique, consultez le [Guide d'identification des tiques du Québec](#).

Quoi faire en cas de piqûre?

En cas de piqûre, il faut retirer la tique dès que possible. Utilisez un tire-tique ou une pince fine, comme une pince à sourcils. Évitez d'utiliser vos doigts ou vos ongles. Plus une tique reste accrochée longtemps, plus on augmente le risque de transmission de la maladie de Lyme. Le risque qu'elle soit infectée dépend de l'espèce de la tique et de la région où elle se trouve.

Pour apprendre comment retirer une tique accrochée à votre peau, voyez ici les [Conseils et les étapes à suivre](#).

Appelez Info-Santé au 811 ou consultez un médecin si vous êtes dans une des situations suivantes :

- la rougeur est de 5 cm de diamètre ou plus;
- la rougeur persiste depuis plus de 48 heures;
- vous croyez présenter un ou plusieurs autres symptômes de la maladie de Lyme dans les jours, les semaines ou les mois suivants la pratique d'une activité extérieure pouvant vous exposer aux tiques.

Traitement préventif de la maladie de Lyme

Si vous avez été piqué par une tique dans certains territoires du sud de la région, il est possible qu'à la suite d'une évaluation par un médecin ou un pharmacien, on vous prescrive des antibiotiques de façon préventive. Les territoires des municipalités suivantes sont concernés : Deux-Montagnes, Mirabel, Oka, Pointe-Calumet, Saint-Eustache, Saint-Joseph-du-Lac, Saint-Placide, Sainte-Marthe-sur-le-Lac. À celles-ci s'ajoute le territoire de la communauté de Kanesatake.

Pour tout savoir sur la maladie de Lyme, consultez le site : santelaurentides.gouv.qc.ca/sante-publique/maladies-infectieuses/maladie-de-lyme/