

#### 4. Notez la date et l'emplacement de la piqûre de tique.

- Consultez votre médecin le plus vite possible si une éruption cutanée apparaît ou si vous avez des symptômes qui ressemblent à ceux de la grippe.

#### Où trouve-t-on les tiques à pattes noires?

Les tiques à pattes noires se trouvent dans toutes les régions de la Nouvelle-Écosse. Peu importe où vous habitez, il est possible que vous ayez été en contact avec une tique à pattes noires.

Les tiques à pattes noires survivent plus facilement dans des endroits où elles trouvent un habitat humide. Les régions boisées sont très propices puisque les arbres créent de l'ombre et les feuilles qui tombent sur le sol protègent les tiques actives.

Les tiques à pattes noires adultes sont le plus actives au printemps et à l'automne, et elles demeurent actives jusqu'à la première neige permanente ou lorsque la température est constamment inférieure à 4 °C. L'activité des larves et des nymphes augmente au printemps et pendant l'été.

Les tiques à pattes noires ne peuvent ni sauter ni voler. Elles trouvent des hôtes en grimpant sur l'herbe haute ou les buissons et en attendant qu'un hôte passe tout près. Les tiques grimpent ensuite sur le corps de l'hôte et tentent de s'y accrocher pour se nourrir.

Les tiques peuvent se retrouver dans votre maison si elles s'étaient accrochées sur vos vêtements ou sur votre animal de compagnie, mais la plupart des environnements intérieurs sont trop secs et les tiques à pattes noires ne survivent généralement que quelques jours.

#### Comment puis-je réduire le nombre de tiques à pattes noires autour de ma maison?

Bien qu'il soit impossible d'éliminer entièrement les tiques qui se trouvent sur votre terrain, vous pouvez utiliser de simples techniques d'aménagement paysager et d'entretien de jardin pour réduire le nombre de tiques à pattes noires autour de votre maison. Les tiques prospèrent dans les régions humides et boisées.

Pour réduire le nombre de tiques autour de votre maison :

- Éliminer les feuilles mortes et coupez l'herbe haute et les broussailles autour de votre maison et à l'extrémité de votre gazon.
- Gardez votre gazon bien court et enlevez les broussailles et les feuilles mortes de votre gazon fréquemment.
- Installez les terrains de jeux dans des endroits ensoleillés et secs, loin des régions boisées et de l'extrémité du gazon.
- Placez des copeaux de bois ou du gravier entre votre gazon et toute région boisée afin d'empêcher les tiques de se déplacer aux endroits utilisés par votre famille et vos animaux domestiques.
- Nettoyez bien le sol sous les mangeoires d'oiseaux. Placez les mangeoires à des endroits ensoleillés et secs, loin de votre maison.
- Ajoutez des surfaces dures (par exemple un revêtement de sol en bois, des pierres, des tuiles ou du gravier) autour de votre maison et de votre terrain. Utilisez ces surfaces pour pratiquer vos activités extérieures.
- Gardez votre pile de bois bien cordée, sèche, surélevée et loin de votre maison.
- Gardez votre cour ensoleillée et sèche en taillant les buissons et les arbres pour laisser l'air circuler.

#### Pour en savoir plus

Pour en savoir plus sur la maladie de Lyme, visitez le site Web du ministère de la Santé et du Mieux-être à l'adresse [www.gov.ns.ca/hpp/cdpc/lyme.asp](http://www.gov.ns.ca/hpp/cdpc/lyme.asp) (en anglais seulement) ou communiquez avec le bureau des Services de la santé publique de votre région. Ce site Web est régulièrement mis à jour avec de nouveaux renseignements sur la maladie de Lyme et la propagation des tiques infectées.

#### Bureaux des Services de la santé publique :

Amherst . . . . .	667-3319 ou 1-800-767-3319
Antigonish . . . . .	867-4500, poste 4800
Bridgewater . . . . .	543-0850
Dartmouth . . . . .	481-5800
New Glasgow . . . . .	752-5151
Sydney . . . . .	563-2400
Truro . . . . .	893-5820
Wolfville . . . . .	542-6310
Yarmouth . . . . .	742-7141

Also available in English

# Maladie de Lyme

## Protégez-vous contre les piqûres de tiques.



## Qu'est-ce que la maladie de Lyme?

La maladie de Lyme est une infection bactérienne qui se transmet aux humains et aux animaux domestiques par la piqûre d'une tique à pattes noires qui a été infectée. Les tiques sont des arthropodes apparentés aux araignées. Elles se collent à la peau des humains et des animaux pour sucer leur sang et sont actives pendant le printemps, l'été et l'automne.

Seules certaines tiques sont porteuses de la maladie de Lyme. Les tiques qui sont porteuses de la maladie peuvent seulement la transmettre quand elles sont gorgées de sang, ce qui prend en général au moins 24 heures.

## Quels sont les symptômes de la maladie de Lyme?

Dans la plupart des cas, le premier symptôme est une éruption cutanée près de l'endroit où la tique a piqué (voir la photo ci-dessous). Étant donné qu'il n'y a souvent aucune douleur, la plupart des gens ne savent pas qu'ils ont été piqués. L'éruption cutanée apparaît en général 7 à 10 jours après la piqûre; cependant, ce délai peut aller de 3 à 30 jours.

Certaines personnes développent des symptômes qui ressemblent à ceux de la grippe, comme de la fièvre, un mal de tête, de la fatigue, une raideur dans le cou, des douleurs généralisées, ainsi que des douleurs et un gonflement au niveau des articulations. Ces symptômes peuvent se manifester par intermittence sur une période de plusieurs mois.



Éruption cutanée

Photo : N.Y. Medical College

## Comment traite-t-on la maladie de Lyme?

Cette maladie se traite avec des antibiotiques. Si le traitement est administré à temps, le rétablissement est presque toujours assuré.

Sans traitement, certains symptômes ou maladies plus graves peuvent apparaître, bien que rares. Il peut s'agir de problèmes liés au système nerveux comme une paralysie faciale, des problèmes cardiaques, ou encore des problèmes d'articulation comme de l'arthrite. Ces symptômes, quand ils sont causés par la maladie de Lyme, peuvent également être traités avec des antibiotiques. Parfois des problèmes d'arthrite persistent si le traitement par les antibiotiques est retardé. Il est rare que la maladie de Lyme pose un danger de mort.

## Comment peut-on contracter la maladie de Lyme?

Vous pouvez contracter la maladie de Lyme par la piqûre d'une tique à pattes noires qui a été infectée. La tique doit rester collée à la peau pendant au moins 24 heures pour transmettre la maladie. La maladie de Lyme ne peut pas être transmise de personne à personne.

## Comment la maladie de Lyme est-elle diagnostiquée?

Si vous avez certains des symptômes associés à la maladie de Lyme, consultez immédiatement votre médecin. Expliquez-lui quand et où vous avez été piqué par une tique ou de quelle façon vous avez été exposé aux tiques. Votre médecin vous auscultera et pourra vous demander de subir certains examens pour lesquels vous devrez donner du sang.

## À quoi reconnaît-on une tique à pattes noires?

Il existe de nombreuses espèces de tiques en Nouvelle-Écosse. En ce qui concerne la maladie de Lyme, il s'agit de la tique à pattes noires. En général, les tiques se nourrissent du sang des animaux sauvages ou domestiques. La photo ci-dessous montre la différence entre la tique à pattes noires, responsable de la maladie de Lyme, et la tique américaine du chien, qui ne transmet pas cette maladie.

- Les tiques à pattes noires sont plus petites que les tiques américaines du chien. Leur corps ne porte aucune marque blanche.
- En général, on retrouve les tiques sur les animaux sauvages et parfois sur certains animaux domestiques comme les chiens, les chats et les chevaux.
- Les tiques ne peuvent ni sauter, ni voler. La plupart du temps, elles vivent dans l'herbe et les buissons. Les tiques peuvent s'accrocher aux animaux ou aux personnes qui marchent dans l'herbe ou près des buissons.



Rangée du haut, tiques à pattes noires, mâle et femelle.

Rangée du bas, tiques américaines du chien, mâle et femelle.

(agrandie à 400 %)

Les pattes de la tique à pattes noires ne sont pas toujours noires. Les tiques américaines du chien ont généralement des taches blanches ou argentées.

## Qu'est-ce que je peux faire pour prévenir la maladie de Lyme?

Vous pouvez prévenir la maladie de Lyme en évitant les tiques à pattes noires, en vous examinant souvent pour vous assurer qu'il n'y a pas de tiques et, si vous en trouvez, en les enlevant avant qu'elles ne causent des dommages.

Dans les régions où les tiques à pattes noires sont établies :

### 1. Protégez-vous contre les tiques.

- Utilisez un insectifuge qui contient du DEET. Suivez les instructions du fabricant, lesquelles varient en fonction de l'âge. N'utilisez pas de produits contenant du DEET sur les enfants de moins de 6 mois.
- Couvrez-vous le plus possible quand vous marchez, travaillez ou jouez dans les endroits où l'on trouve des tiques. Portez des chaussures fermées, rentrez votre chemise dans votre pantalon, et rentrez vos jambes de pantalon dans vos chaussettes.
- Portez des vêtements de couleur claire et tissés serrés pour que vous puissiez voir les tiques plus facilement.
- Empruntez des sentiers bien tracés qui ne sont pas recouverts par des hautes herbes, des buissons, etc.

### 2. Après une promenade dans une région herbeuse ou boisée, examinez-vous, vos enfants et vos animaux domestiques pour vous assurer qu'il n'y a pas de tiques.

- Vérifiez vos vêtements.
- Inspectez toutes les parties du corps, incluant les aisselles, l'aine et le cuir chevelu.
- Prenez un bain ou une douche.

### 3. Si vous trouvez une tique, enlevez-la immédiatement.

- À l'aide d'une pince à épiler, prenez délicatement la tique le plus près possible de la peau.
- Retirez doucement la tique. Ne tirez pas brusquement, ne tournez pas et ne serrez pas.
- Désinfectez avec du savon et de l'eau, de l'alcool à friction ou du peroxyde d'hydrogène pour éviter les infections.