



MALADIE DE LYME

MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE GUÉRIR

Au Québec et dans nos médias, on entend de plus en plus parler de la maladie de Lyme. Cette nouvelle découverte alarme les gens et il est important d'être informé à propos de la maladie, des risques et des moyens de prévention, particulièrement pour les personnes qui doivent travailler à l'extérieur tels les travailleurs forestiers. Cette fiche d'information vous donnera tous les outils nécessaires pour bien identifier les tiques, vous informera sur les moyens à prendre en cas de piqûre et vous fournira les trucs pour prévenir une infection.

QU'EST-CE QU'UNE TIQUE?

Les tiques sont de petits insectes vivant dans nos champs, nos boisés et nos forêts et préférant les endroits sombres et humides. Elles mesurent environ 1 à 3 millimètres et peuvent tripler de volume une fois l'estomac plein. Certaines tiques sont porteuses de la bactérie *Borrelia burgdorferi*, responsable de transmettre la maladie de Lyme.

MALADIE DE LYME EN BREF

C'est une maladie transmise par la piqûre d'une tique infectée. Elle a été décrite pour la première fois en 1977. Plusieurs cas ont été signalés chez des enfants de la ville de Lyme au Connecticut. Depuis ce temps, plusieurs milliers de cas ont été rapportés aux États-Unis, au Canada et dans des pays d'Europe. Depuis 2014, on note une augmentation du nombre de personnes atteintes de la maladie de Lyme au Québec, ainsi que du nombre de personnes qui ont contracté la maladie. Ce constat est dû à l'augmentation des températures, des hivers moins rudes et de la forte humidité.

TABLEAU DE L'ÉVOLUTION DE LA MALADIE DE LYME AU QUÉBEC

Année	Nombre de cas
2014	125
2015	160
2016	177
2017	329
2018	304
2019	500

Plus récentes informations sur l'évolution de la maladie au Québec provenant du gouvernement du Québec.



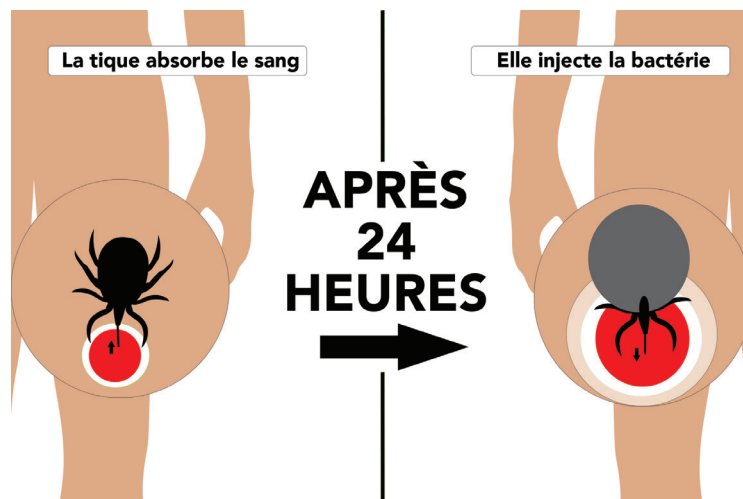
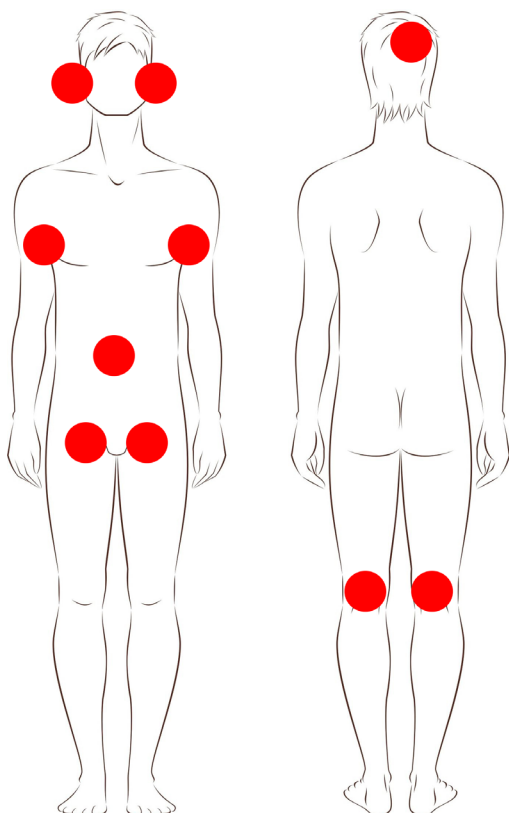


COMMENT LA MALADIE SE TRANSMET-ELLE?

Pour qu'elle transmette la maladie de Lyme, la tique doit être infectée par la bactérie et rester accrochée à la peau d'une personne pendant un **minimum de 24 heures**. Le risque de contracter la maladie augmente si la tique reste accrochée plus longtemps. Voilà pourquoi il est important de la retirer le plus rapidement possible.

Les tiques peuvent s'accrocher à n'importe quelle partie du corps, mais se trouvent la plupart du temps dans les zones suivantes :

- Aines
- Nombril
- Aisselles
- Intérieur ou autour des oreilles
- Derrière les genoux
- Cheveux



QUOI FAIRE SI VOS TRAVAILLEURS REMARQUENT UNE TIQUE SUR LEUR PEAU?

Ils doivent la retirer délicatement de la manière suivante :

- 1 À l'aide d'une pince à épiler, saisir la tique au plus près de la peau
- 2 Tirer lentement vers le haut sans presser l'abdomen de la tique ni pivoter
- 3 Se laver les mains et la zone de la piqûre avec de l'eau et du savon
- 4 Désinfecter la plaie

Il est également important de conserver la tique dans un récipient au réfrigérateur en notant le lieu et la date de la piqûre. Si vous devez consulter un médecin, cela pourrait être utile à l'analyse.





QUELS SONT LES SYMPTÔMES?

En général, la piqûre de tique passe inaperçue, car celle-ci véhicule des substances anesthésiques masquant la douleur. Il est donc important d'être vigilant et que vos travailleurs vérifient leur corps et leurs vêtements après leur journée de travail.

Les premiers symptômes apparaissent généralement entre 3 et 30 jours suivant la piqûre d'une tique infectée. Le symptôme le plus courant est une rougeur en forme de cible qui s'agrandit de jour en jour et qui s'étend rapidement pour atteindre 5 cm.



Symptômes (semblables à ceux de la grippe)

Fièvre
Fatigue
Maux de tête
Raideur à la nuque
Douleurs musculaires et articulaires

Si la maladie n'est pas traitée rapidement, elle peut causer des problèmes aux articulations, des problèmes cardiaques, neurologiques et une paralysie faciale.

Si vous croyez présenter un ou plusieurs symptômes dans les jours suivants une piqûre de tique, contactez Info-Santé 811 ou consultez un médecin. Un traitement préventif par antibiotiques pourrait vous être administré.

PRÉVENTION

Selon le ministère de la Santé et des Services sociaux, voici les moyens pour prévenir une éventuelle piqûre :

- Éviter les hautes herbes
- Utiliser des produits répulsifs à base de DEET ou perméthrin
- Éviter de toucher les plantes proches du sol comme des herbes hautes, des buissons, des arbustes ou des broussailles
- Vérifier les équipements et vêtements de travail après une activité en forêt
- Porter un chapeau, des souliers fermés et des vêtements longs
- Rentrer les chemises ou chandails dans les pantalons
- Rentrer les bas de pantalons dans les chaussettes ou les bottes
- Privilégier des vêtements de couleur claire afin de mieux apercevoir les tiques

En terminant, il est primordial de bien informer tous les travailleurs des risques possibles et des moyens de prévention destinés à éviter des piqûres de tiques.

Pour en savoir plus :

<http://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/zooses/maladie-lyme/evolution-de-la-maladie-au-quebec/>