

# ATTENTION aux tiques !!!



Prévention

Informations

Conseils



Avec  
le soutien de la



Wallonie



arc Namur  
ENVIRONNEMENT  
SANTÉ





# ÉDITO

## LES TIQUES : Et si on parlait prévention ?

Quoi de mieux que de prendre un bol d'air frais dans les nombreux chemins, bois et coins naturels offerts par nos communes wallonnes. Néanmoins, il apparaît indispensable de se préoccuper de la problématique des tiques qui prolifèrent dans nos régions.

Dans ce contexte, la Wallonie oeuvre pour informer chacun d'entre vous et vous donner les conseils clés afin d'éviter les risques sanitaires liés à ces nuisibles.

Dans cette brochure, vous trouverez des explications, astuces et conseils destinés à vous permettre de profiter de nos espaces verts en vous prémunissant des tiques.

Je vous souhaite de profiter au mieux de notre environnement tout en prenant soin de votre santé.

**Carlo DI ANTONIO**  
Ministre wallon de l'Environnement

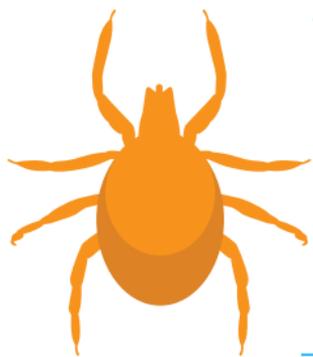


## C'EST QUOI une tique ?

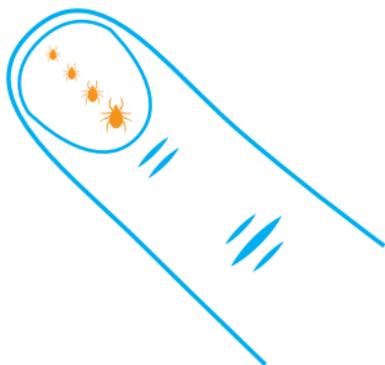
**Les tiques** sont des acariens qui se nourrissent du sang des animaux (mammifères, oiseaux...) et des humains.

Elles transmettent de graves maladies dont la maladie de Lyme et d'autres infections. En quête d'un hôte, elles aiment vivre dans les herbes hautes, les fougères et les feuilles mortes.

Elles passent la seconde partie de leur vie avec la tête ancrée solidement dans la peau de leurs victimes.



de 0,5 à 4 mm





# OÙ ET QUAND RETROUVE-T-ON *les tiques ?*

**Les tiques** aiment les températures douces et l'humidité. On les retrouve donc le plus souvent dans des endroits ombragés et dans la végétation basse (feuilles mortes, broussailles, fougères, herbes hautes...). De plus, elles ont besoin d'hôtes pour se nourrir et se reproduire ; on retrouve donc les tiques en abondance dans les milieux présentant une faune importante (les forêts, les réserves naturelles, les prairies ou encore les dunes).

Même si elles ne sont pas toujours actives, les tiques sont présentes tout au long de l'année. Une partie de leur population survit à l'hiver en se cachant dans des endroits chauds et humides.

Cette survie est favorisée lors des hivers doux. Les tiques ne sont complètement actives que lorsque la température est au moins de 7 °C. En Belgique, leur période d'activité se situe donc du printemps à l'automne (mars à octobre).





## MORSURES & MALADIES

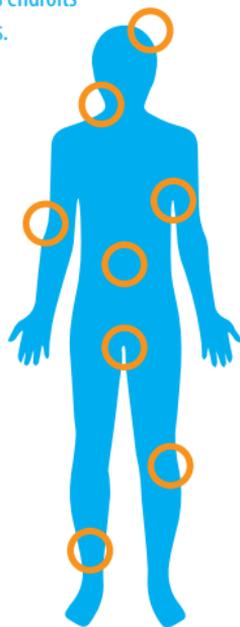
Une fois en contact avec un hôte (oiseau, mammifère, homme...), la tique va chercher un endroit propice pour se fixer dans sa peau et se nourrir de sang. Même si elles peuvent se loger n'importe où, les tiques ont tendance à préférer les parties du corps où il fait chaud et humide (aisselles, parties intimes, nombril, creux du genou, oreilles...).

La tique peut se fixer n'importe où mais préfère les endroits chauds et humides.

Il arrive fréquemment que les tiques soient porteuses de bactéries ou de virus acquis en général lors d'un repas précédent, sur un rongeur par exemple. Ceux-ci peuvent être transmis à l'homme lors de la morsure et causer des maladies.

La maladie de Lyme est la plus fréquente des maladies occasionnées par une morsure de tique chez l'homme. Celle-ci peut être traitée avec des antibiotiques.

Le traitement est plus court et efficace si la maladie est repérée rapidement. Une maladie contractée des années auparavant et passée inaperçue est par contre plus difficile à traiter.





# CONSEILS

## Soyez particulièrement vigilant lors de vos promenades dans la nature. Évitez de vous faire mordre :

- **Portez** des vêtements couvrant les jambes et la tête, rentrez le bas du pantalon dans les chaussettes et utilisez des répulsifs. Privilégiez également des sous-vêtements élastiques.
- **Évitez** de vous enfoncer dans la végétation, de vous asseoir par terre ou sur du bois mort.
- **Inspectez-vous** minutieusement après votre promenade et lavez directement vos vêtements à 60°C. Attention, la tique monte sous les vêtements et se déplace jusqu'à un endroit propice pour la morsure. N'oubliez donc pas les cheveux (peigne à poux), les parties intimes, le nombril et les oreilles.
- **Si vous êtes mordu(e)** par une tique, ôtez-la avec une pince ou une carte à tiques puis désinfectez la plaie. N'essayez pas de l'enlever avec les doigts, ne mettez aucun produit sur la tique et ne pressez surtout pas son ventre pour éviter « d'injecter » des maladies.
- **Consultez** votre médecin : plus le traitement est précoce, plus il est efficace.

Pince à tiques



Pince à tiques



Carte à tiques



Avec  
le soutien de la



Wallonie



**Réalisation :**

ARC Environnement Santé,  
avec l'aimable collaboration de Valérie Obsomer  
[www.arc-environnement-sante.com](http://www.arc-environnement-sante.com)