

## LES TIQUES

Les opérations de débroussaillage et entretien des espaces verts exposent les agents à un risque peu visible mais réel : les piqûres de tiques qui peuvent transmettre des maladies ou entraîner des sensibilisations ou allergies.



### COMMENT RECONNAÎTRE UNE TIQUE ?

Les tiques sont des **acariens** particulièrement actifs au printemps et à l'automne. Leur cycle de vie comprend **3 stades successifs** (larve, nymphe et adulte). Comme les araignées, les tiques au stade de nymphe et adulte possèdent 8 pattes, mais la forme de leur corps est très différente : elle est ovale alors que les araignées possèdent une taille qui sépare nettement le thorax et l'abdomen. Il est important de rappeler que la larve de tique a seulement 6 pattes ! D'autre part, les tiques se déplacent beaucoup plus lentement que les araignées.



Les tiques *Ixodes* (à gauche) sont de petite taille, 5-8 mm pour une femelle à jeun, 2-3 mm pour une nymphe et moins de 1 mm pour une larve. Les tiques *Hyalomma marginatum* (à droite) peuvent être un peu plus grandes et possèdent des pattes rayées.



### COMMENT PRÉVENIR LE RISQUE DE PIQÛRE ?

- **Rester sur les chemins**, éviter les broussailles, les fougères et les herbes hautes.
- **Porter un chapeau et une tenue vestimentaire couvrante** :
  - bottes, chaussures hautes ou guêtres ;
  - pantalon long glissé dans les chaussettes ;
  - gants glissés sous les manches ;
  - t-shirt ou veste à manches longues glissés dans le pantalon ;
  - vêtements de couleur claire de préférence, afin de mieux voir les tiques éventuellement accrochées.



- **Si l'évaluation du risque le justifie, utiliser un répulsif à appliquer** :

- sur la peau (DEET ou IR35 /35 ... ) ;
- ou sur les vêtements (perméthrine).

*Bien suivre les indications d'usage du répulsif choisi compte tenu de sa possible toxicité (notamment pour les femmes enceintes...).* **SE LAVER LES MAINS À LA FIN DE L'INTERVENTION.**

- **La piqûre de tique est indolore, il faut donc prendre une douche** et s'inspecter systématiquement et méticuleusement l'ensemble du corps à la recherche d'une éventuelle tique accrochée au corps, en passant la main sur la peau pour détecter les aspérités, en particulier :
  - dans les plis de la peau ;
  - dans les espaces entre les orteils ;
  - dans les creux des genoux et des bras, sous les aisselles ;
  - sur les parties intimes ;
  - dans le nombril ;
  - sur le dos, le cou, la nuque, le cuir chevelu, dans et derrière les oreilles.

- **Répéter l'action le lendemain** car la tique sera gorgée de sang et donc plus visible. Se rappeler que la larve de tique est souvent de couleur claire et peut mesurer moins d'1 millimètre !

### QUE FAIRE EN CAS DE PIQÛRE ?

#### 1. ENLEVER LA TIQUE

Ne mettre aucun produit et utiliser un tire-tiques vendu en pharmacie :

- glisser le crochet sous la tique au plus près de la peau,
  - tourner doucement (dans n'importe quel sens) jusqu'à ce que la tique se décroche. Ce mouvement de traction-rotation réalisé perpendiculairement à la peau permet de retirer la tique sans lui arracher la tête.
- Après avoir enlevé la tique, désinfecter la peau avec un antiseptique.

#### 2. VÉRIFIER LA PRÉSENCE ÉVENTUELLE D'AUTRES TIQUES

Il est fréquent de se faire piquer par plusieurs tiques. Il est donc important de bien s'inspecter pour vérifier si c'est le cas.

#### 3. SIGNALER SA PIQÛRE

Pour aider à mettre en place une meilleure prévention, signaler sa piqûre sur [www.citique.fr](http://www.citique.fr) ou via l'application « **signalement tique** » et envoyer la tique.

Vous pourrez ainsi constituer un carnet de piqûre utile en cas de soucis de santé. D'autre part, vous bénéficierez de rappels réguliers pendant quelques semaines pour vous aider à surveiller l'évolution d'éventuels symptômes qui nécessiteraient une consultation auprès de votre médecin.

#### 4. SURVEILLENZ LA SURVENUE D'ÉVENTUELS SYMPTÔMES

