

Assens, le 23 mai 2023

## Article tiques – Nos forêts Mèbre Talent

### ATTENTION AUX TIQUES

Dès le printemps, les tiques sont à nouveau actives. Que faire pour prévenir les piqûres de ces insectes vecteurs de maladies ?

### Conseils pratiques pour prévenir les piqûres des tiques en forêt

Autant les balades en forêt sont des moments de détente, autant les piqûres de tiques sont aux mieux désagréables, au pire des vecteurs de plusieurs maladies graves : la méningo-encéphalite verno-estivale (FSME) ou méningo-encéphalite à tiques, la borréliose ou maladie de Lyme, et la tularémie.

La vaccination prévient efficacement les infections dues au virus de l'encéphalite à tiques, mais pas celles causées par la bactérie de la borréliose. Le mieux est donc de se prévenir des piqûres de tiques avec quelques gestes simples :

- Portez des hauts à manches longues qui ferment bien et un pantalon, que vous pouvez rentrer dans les chaussettes pour éviter que les tiques ne grimpent sous le pantalon
- Choisissez des vêtements aux couleurs claires sur lesquels vous repérerez mieux les tiques
- Utilisez un répulsif anti-tiques
- Évitez les herbes hautes
- Après chaque sortie en forêt, inspectez soigneusement votre corps ; s'il y a des tiques, retirez-les sans produit et sans tourner.

Pour en savoir plus :

<https://www.mebre-talent.ch/travaux/attention-aux-tiques/>

<https://zecke-tique-tick.ch/fr/faq-tiques-et-maladies/>

<https://zecke-tique-tick.ch/fr/>

<https://www.bag.admin.ch/bag/fr/home/krankheiten/krankheiten-im-ueberblick/zeckenuebertragene-krankheiten.html>