



INFORMATION EN SANTÉ PUBLIQUE

# LES TIQUES

PROTÉGEZ-VOUS!

## COMMENT SE PROTÉGER ?

### La vaccination contre l'encéphalite à tiques

La vaccination contre l'encéphalite à tiques est efficace et sûre. Elle est recommandée pour tous les adultes et enfants, en particulier à partir de l'âge de 6 ans, résidant ou séjournant dans une zone à risque d'être exposés aux tiques par des activités en extérieur. Les régions désignées à risque à ce jour en Suisse sont l'ensemble des cantons à l'exclusion du Tessin. Les enfants de 1 an révolu à six ans peuvent également être vaccinés après évaluation au cas par cas par leur pédiatre.

### Avant la sortie

- Portez des chaussures fermées et des vêtements couvrants et ajustés au niveau des jambes, des bras et du cou
- Glissez le bas des pantalons dans les chaussettes
- Couvrez la tête des enfants, car ils sont plus vulnérables en raison de leur taille (les tiques vivent au sol)
- Portez des vêtements de couleur claire qui permettent de mieux repérer les tiques
- Appliquez un répulsif sur la peau et un insecticide sur les habits. Utilisez le produit adéquat pour les animaux domestiques
- Prévoyez une pincette, carte ou pince à tiques (disponibles en pharmacie)

### Pendant la sortie

- Restez sur les sentiers tracés



## Au retour à la maison

Les tiques peuvent sucer le sang sur l'ensemble du corps : elles aiment les zones chaudes et humides où la peau est fine, comme l'arrière des genoux, l'aîne, l'intérieur des cuisses, les fesses, le cou, la nuque et les aisselles. Leur piqûre passe souvent inaperçue parce qu'elles libèrent un anesthésiant pour se nourrir sans être dérangées.

- Examinez soigneusement les vêtements et la peau
- Contrôlez le cuir chevelu, particulièrement chez les enfants
- Vérifiez également les animaux domestiques

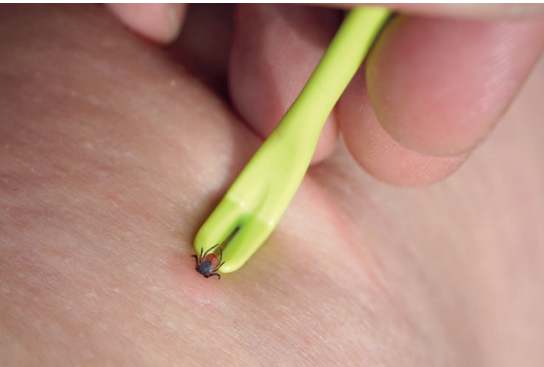


## QUE FAIRE APRÈS UNE PIQÛRE ? COMMENT RETIRER LA TIQUE ?

La tique perce la peau de son hôte et s'y ancre pendant plusieurs jours. Il est important de la retirer rapidement et correctement pour diminuer le risque d'infection :

- Utilisez des pincettes fines, une carte à tiques ou une pince à tiques
- Saisissez la tique au plus près de la peau et tirez-la progressivement sans la tourner.
- Désinfectez le point de piqûre après arrachage et notez la date.
- Évitez l'utilisation d'huile, de vernis à ongles, d'alcool ou de colle. Ces produits peuvent augmenter le risque d'infection.

Si vous constatez des symptômes suspects dans les 14 jours suivants (rougeur, douleurs, fièvre, fatigue, etc), veuillez consulter votre médecin.



Pour connaître les zones à risques, signaler les lieux de piqûres ou savoir comment retirer une tique, téléchargez l'application mobile Tique – Zecke disponible gratuitement sur iOS et Android.



## QU'EST-CE QU'UNE TIQUE ?

La tique est un parasite qui se nourrit du sang de mammifères, d'oiseaux, de reptiles et d'amphibiens. Lorsqu'elle est infectée par des bactéries ou virus, elle peut les transmettre à l'être humain lorsqu'elle le pique. Elle mesure entre 1 et 6 mm pour les adultes et est généralement de couleurs foncées.

## POURQUOI LES PIQÛRES DE TIQUES SONT-ELLES PROBLÉMATIQUES ?

En Suisse, les tiques transmettent plusieurs maladies, telles que l'encéphalite à tiques, la borréliose de Lyme ou la tularémie. La meilleure protection contre l'encéphalite à tiques est la vaccination. La borréliose (maladie de Lyme) et la tularémie doivent être traitées par antibiotiques et la majorité des personnes en guérissent. Cependant dans certain cas, elles peuvent évoluer vers une grave détérioration de l'état de santé (douleurs, mobilité, troubles neurologiques), avec parfois des séquelles. C'est pourquoi il est recommandé de ne pas négliger ce risque, de retirer la tique dès qu'on l'identifie, de se vacciner lorsque cela est possible et d'adopter les conseils suivants pour se protéger.

## OÙ TROUVE-T-ON LES TIQUES ?

Les tiques habitent dans des zones boisées et humides (jusqu'à 2000m), les lisières de forêt et parfois les jardins et parcs. Elles ne tombent pas des arbres et ne sautent pas. Elles attendent au niveau du sol, sur l'herbe ou sur un buisson, le contact d'un hôte pour s'y agripper et grimper pour se nourrir.

On peut trouver des tiques durant toute l'année si les températures sont douces, mais le risque de piqûre est accru du printemps à l'automne.



## QUELLES SONT LES MALADIES TRANSMISES PAR LES TIQUES ?

### Méningo-encéphalite à tiques (FSME)

Cette maladie infectieuse est provoquée par un virus transmis par la piqûre d'une tique infectée. Peu de tiques sont porteuses en Suisse (env 1%). La plupart des personnes piquées ne présente aucun signe de la maladie, ou les symptômes disparaissent après quelques jours. Toutefois dans certains cas, la maladie peut évoluer vers des symptômes aigus et de graves complications neurologiques. La meilleure protection est le vaccin : il est sûr et efficace.

### La borréliose ou maladie de Lyme

Cette maladie est transmise par les tiques porteuses de la bactérie *Borrelia burgdorferi*, qui sont assez répandues en Suisse. Les symptômes se limitent souvent à une rougeur autour de la piqûre qui prend la forme d'un anneau avant de disparaître. Dans certains cas, cela peut évoluer vers des complications articulaires, cardiaques et neurologiques,

même au bout de plusieurs semaines ou mois. Si elle est repérée à temps, la maladie se soigne bien, sinon elle peut causer des infirmités permanentes. Il n'existe pas de vaccin contre la borréliose qui se traite uniquement par antibiotiques.

### Tularémie

Cette maladie est due à une bactérie transmise à l'homme par la morsure d'un animal contaminé, par une piqûre de tique infectée ou par inhalation de poussières contaminées. En Suisse, les tiques sont responsables de près de la moitié des cas de tularémie. Les symptômes (inflammation autour de la piqûre, fièvre et gonflement des ganglions lymphatiques) apparaissent généralement 3 à 5 jours après. Les patients sont guéris par antibiotiques ; il n'existe pas de vaccin contre la tularémie dont l'issue peut être fatale en l'absence de traitement.

Les tiques peuvent aussi transmettre à l'homme d'autres maladies plus rares comme l'ehrlichiose ou la rickettsiose. Les animaux ne sont pas épargnés par les tiques infectées et cela peut aussi nuire à leur état de santé.

## Direction générale de la santé

Avenue des Casernes 2  
CH – 1014 Lausanne

Tél. 021 316 42 00  
maladies.transmissibles@vd.ch



<https://vd.ch/tiques>