

# J'identifie les situations à risque

## • OÙ TROUVE-T-ON LES TIQUES ?

Les tiques sont répandues partout en France, surtout en dessous de 1 500 m d'altitude. Elles vivent dans des zones boisées et humides, les herbes hautes des prairies, les jardins et les parcs forestiers ou urbains.



## • QUI SONT LES PERSONNES LES PLUS EXPOSÉES ?

**Les professionnels qui travaillent dans la nature :**  
bûcherons, sylviculteurs, gardes forestiers,  
gardes-chasse, gardes-pêche, jardiniers, etc.

**Les amateurs d'activités dans la nature :**  
promeneurs et randonneurs en forêt, campeurs,  
chasseurs, ramasseurs de champignons, etc.



## • À QUELLE PÉRIODE DE L'ANNÉE LE RISQUE EST-IL MAXIMUM ?



Les tiques sont plus actives  
entre avril et novembre.

# Ce qu'il faut retenir

Les maladies vectorielles sont des maladies infectieuses transmises par des vecteurs. Les moustiques sont les vecteurs les plus connus, mais il en existe d'autres comme les tiques, les mouches, les puces, etc.

## POUR SE PROTÉGER DE LA MALADIE DE LYME :

- Avant et pendant une activité dans la nature :

**Je couvre** mes bras et mes jambes avec des vêtements longs. **Je reste** sur les chemins, j'évite les broussailles, les fougères et les hautes herbes. Je pense à prendre avec moi un tire-tique.

- Après une activité dans la nature :

**J'inspecte** soigneusement mon corps.

- Après avoir été piqué par une tique :

Je surveille la zone piquée pendant un mois. Si une plaque rouge et ronde s'étend en cercle à partir de la zone de piqûre, je dois consulter un médecin rapidement. Je consulte également en cas de symptômes grippaux, de paralysie faciale ou de fatigue inhabituelle.

**La maladie de Lyme n'est pas contagieuse.**

**En cas de doute,  
parlez-en à votre médecin ou demandez  
conseil à votre pharmacien.**