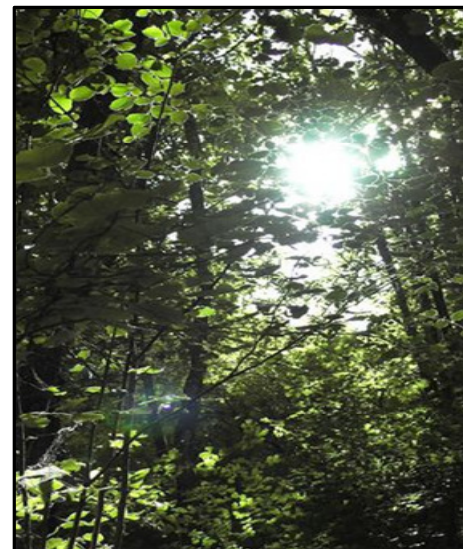
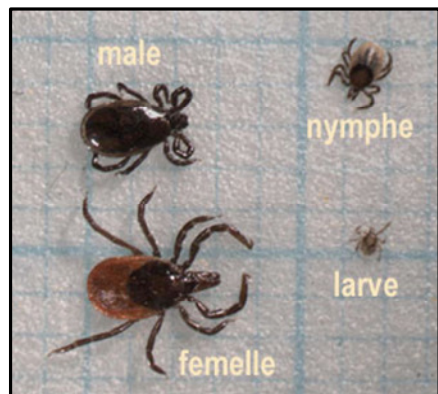


Les Tiques,

même minuscules, peuvent transmettre plusieurs infections dont **la maladie de Lyme**.
Leurs piqûres passent souvent inaperçues car elles sont indolores.
Toutes les régions françaises sont concernées.



Protégez-vous !

En forêt, dans des sous-bois ou dans des herbes hautes, portez:

- des vêtements de couleur claire,
- des chaussures fermées,
- le T-shirt dans la ceinture,
- un chapeau ou une casquette,
- le bas du pantalon dans les chaussettes.

Dans une région fortement infestée de tiques vous pouvez aussi vaporiser chaussures, chaussettes et bas de pantalon avec **un répulsif**.

De retour de promenade:

- inspectez votre peau avec soin,

Examinez particulièrement:

- les chevilles, derrière les genoux, dans l'aîne, sous les seins, sous les aisselles, derrière les oreilles et dans le cuir chevelu (surtout pour les enfants)

ATTENTION:

**LA DOUCHE NE SUFFIT PAS
A DECROCHER UNE TIQUE**



Plus une tique reste attachée longtemps plus le risque de transmission d'infection augmente.
Retirez-la donc au plus vite!



*avec **une pince à épiler pointue** en tirant bien droit pour ne pas abîmer la tique



*avec un **tire-tique** (à acheter en pharmacie)

N'UTILISEZ PAS D'ETHER, D'ALCOOL etc

La tique, stressée, regurgiterait le contenu de son estomac ce qui **augmenterait les risques d'infection**.

N'ECRASEZ PAS LA TIQUE AVEC VOS ONGLES

Après l'extraction désinfectez l'endroit de la piqûre. Si **une rougeur** apparaissait, il serait important de consulter un médecin rapidement.