

Régions à risque

Il est possible d'acquérir la maladie de Lyme dans toutes les régions du Québec, mais davantage dans les secteurs où les tiques porteuses de la bactérie sont établies :



- Le nord et l'ouest de l'Estrie;
- Une grande partie de la Montérégie;
- Le sud-ouest de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec;
- Le sud-ouest de l'Outaouais.

Environnements à risque

Milieus boisés et forestiers



Herbes hautes



Amas de feuilles mortes



Jardins

Période à risque



Dès que la température atteint 4°C et qu'il n'y a pas de neige au sol.

Caractéristiques d'une tique



- Possède 8 pattes aux stades nymphale et adulte;
- Mesure entre 1 et 3 mm;
- Ne saute pas, ne vole pas et ne se laisse pas tomber des arbres ou d'une surface en hauteur;
- Peut s'agripper à l'humain lorsqu'il entre en contact avec la végétation.

Photo : *Ixodes scapularis* aux stades nymphale, adulte mâle, adulte femelle et femelle engorgée de sang.

Le saviez-vous?

Près d'une douzaine d'espèces de tiques ont été répertoriées au Québec. Les piqûres des tiques sont généralement sans douleur et passent souvent inaperçues.



© K. Forest-Bérard

La tique *Ixodes scapularis*, aussi appelée la tique à pattes noires ou tique du chevreuil, est la seule espèce au Québec qui peut transmettre la maladie de Lyme. Toutefois, ce ne sont pas toutes les tiques de cette espèce qui sont porteuses de la bactérie.

La maladie de Lyme

La maladie de Lyme est une infection qui survient après la piqûre d'une tique porteuse d'une bactérie.



Le retrait de la tique dans les **24 heures** suivant une piqûre diminue considérablement le risque d'acquérir la maladie.

Symptômes

Certains symptômes peuvent apparaître après la piqûre de la tique.



Symptôme le plus courant (généralement 3-30 jours)

- Rougeur sur la peau : forme arrondie, homogène ou en cible. S'étend rapidement (>5 cm, env. 2 po) et persiste **plus de 48 h** avec peu ou pas de douleur ni démangeaison. De la fatigue, des maux de tête et des courbatures peuvent aussi survenir.

Autres symptômes si la maladie n'est pas traitée (quelques semaines à plusieurs mois)

- Rougeurs multiples qui s'étendent
- Douleur à la nuque
- Douleurs à la poitrine, palpitations ou étourdissements
- Parésie faciale
- Engourdissement d'un membre
- Enflure des articulations

Traitement

Les antibiotiques sont un traitement généralement efficace contre la maladie de Lyme si elle est détectée et traitée précocement.



Mise en garde

Les tests maison pour détecter la présence de la bactérie responsable de la maladie de Lyme chez les tiques ne sont pas fiables.



En cas de doute ou pour toute question, composez le **811** un professionnel d'Info-santé pourra vous renseigner.

Pour plus d'informations, consultez la page sur la maladie de Lyme au quebec.ca/Lyme.

Feuillelet développé grâce au soutien financier du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Maladie de Lyme en milieu de travail



La maladie de Lyme est en progression au Québec et constitue un risque pour la santé de certains travailleurs

Découvrez comment protéger vos travailleurs



Pour les employeurs

Institut national de santé publique
Québec



Comment protéger vos travailleurs?

➔ Réduire leur exposition lors d'activités dans un environnement à risque et les informer

➔ Établir une procédure en cas de piqûre de tique

Réduire l'exposition

1 Aménager des zones sécuritaires entre les environnements à risque et les lieux de travail :

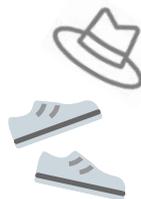
- placer du paillis/gravier entre les zones boisées;
- ramasser les feuilles mortes;
- couper l'herbe et les broussailles.



2 Encourager vos travailleurs à rester au centre des sentiers aménagés, si possible.

3 Adapter les vêtements de travail pour couvrir les travailleurs :

- chapeau;
- vêtements longs, de couleur claire pour repérer les tiques;
- chaussures fermées.



4 Fournir du chasse-moustiques à base :

- d'Icaridine (20 % ou moins), ou;
- de DEET (30 % ou moins);



à appliquer sur les parties du corps non protégées par des vêtements en suivant les consignes d'utilisation.

Qui sont les travailleurs à risque?

Tous les travailleurs extérieurs en contact avec les environnements à risque.



Informer

Mettre à disposition de vos travailleurs de l'information sur :

- la maladie de Lyme;
- le risque en milieu de travail;
- les mesures de prévention.



Un feuillet d'information pour les travailleurs peut vous être remis par la direction de santé publique de votre région.

Offrir de la formation

Offrir de la formation sur les premiers soins :

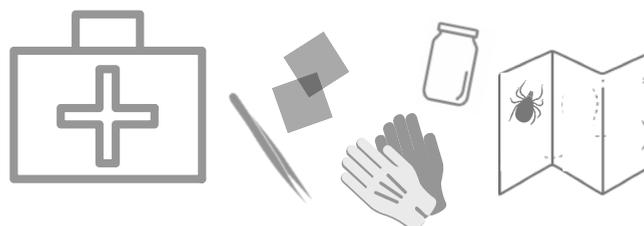
- retrait des tiques;
- désinfection.



➔ Mesures additionnelles

La trousse de premiers soins doit contenir :

- une pince à épiler à bouts fins;
- des tampons antiseptiques;
- des gants;
- un contenant hermétique;
- un dépliant informatif sur le retrait d'une tique.



Procédure en cas de piqûre de tique

1 Retirer la tique aussitôt que possible.



2 Conserver la tique au réfrigérateur, dans un pot étanche bien identifié, en cas de consultation éventuelle chez un médecin.



3 Appeler Info-Santé 811 pour connaître la marche à suivre.



4 Consigner l'événement de la piqûre dans le registre des accidents, incidents et de premiers secours.



➕ Rappeler à vos travailleurs l'importance de l'inspection du corps, des vêtements et des équipements à la fin de l'activité à risque :

✓ Mettre les vêtements de travail à la sécheuse à chaleur élevée pour tuer les tiques :

- **10 minutes** pour les vêtements **secs**;
- **60 minutes** pour les vêtements **mouillés**.

✓ Prendre une douche dès que possible afin de :

- déloger les tiques non accrochées;
- inspecter son corps.

