

### Élargissement de la zone à risque de contracter la maladie de Lyme dans la région des Laurentides

**Saint-Jérôme, le 2 juillet 2024** – La Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides informe la population que la zone à risque élevé de contracter la maladie de Lyme s'est élargie dans la région. Près d'une quarantaine de municipalités sont désormais à risque d'avoir des tiques à pattes noires infectées par une bactérie et qui peuvent ainsi transmettre la maladie de Lyme, et plus rarement, d'autres infections. La maladie de Lyme continue sa progression dans plusieurs régions du Québec.

Avec l'arrivée de la saison estivale et pour profiter pleinement des bienfaits des activités à l'extérieur, la Direction de santé publique des Laurentides invite la population à prendre les précautions nécessaires pour se protéger des piqûres de tiques et de bien suivre les consignes en cas de piqûre.

#### Quoi faire en cas de piqûre?

En cas de piqûre, il faut retirer la tique le plus tôt possible, en ne pressant pas sur la tique et en évitant d'utiliser les doigts ou les ongles. Si la tique est retirée dans les 24 heures, le risque de contracter la maladie de Lyme est très faible. Plus elle reste accrochée longtemps, plus on augmente le risque que la maladie soit transmise.

Pour retirer une tique, il faut utiliser un tire-tique ou une pince fine, comme une pince à sourcils. Pour apprendre comment retirer une tique accrochée à la peau, voyez les conseils et les étapes à suivre à l'adresse suivante [quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/retrait-dune-tique-en-cas-de-piqure](http://quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/retrait-dune-tique-en-cas-de-piqure).

Appelez Info-Santé au 811 ou consultez un médecin si vous êtes dans une des situations suivantes :

- la rougeur autour de la piqûre est de 5 cm de diamètre ou plus;
- la rougeur persiste depuis plus de 48 heures;
- vous croyez présenter un ou plusieurs autres symptômes de la maladie de Lyme dans les jours, les semaines ou les mois suivants l'activité extérieure pouvant vous avoir exposé aux tiques.

#### Traitement préventif de la maladie de Lyme

Dans une quarantaine de municipalités des Laurentides, le risque est maintenant plus élevé qu'une tique à pattes noires soit infectée et puisse transmettre la maladie de Lyme. Pour voir la liste des municipalités, consultez [santelaurentides.gouv.qc.ca/sante-publique/maladies-infectieuses/maladie-de-lyme/](http://santelaurentides.gouv.qc.ca/sante-publique/maladies-infectieuses/maladie-de-lyme/).

Si vous avez été piqué par une tique dans une de ces municipalités, à la suite d'une évaluation par un médecin ou un pharmacien, il est possible de se procurer une dose d'antibiotique pour prévenir l'infection avant l'apparition de symptômes.

#### Se protéger contre les piqûres de tiques

La meilleure façon de ne pas contracter la maladie de Lyme est d'éviter les piqûres de tiques lors d'activités de loisir ou de travail à l'extérieur. Les tiques ne sautent et ne volent pas et ne se laissent pas tomber de haut d'une branche. Elles peuvent cependant s'agripper à une personne ou à animal de compagnie en contact avec des herbes hautes, des arbustes ou d'autres végétaux dans un jardin, un parc, une forêt, un boisé, sur la rive d'un lac ou d'une rivière.

Pour éviter les piqûres de tiques, il est recommandé de :

- rester dans les sentiers et éviter les herbes hautes;
- utiliser un chasse-moustiques à base de DEET ou d'icaridine sur les vêtements et sur les parties exposées du corps, en suivant les conseils d'usage;
- porter un chapeau, des souliers fermés et des vêtements longs et pâles (qui permettent de mieux voir les tiques);
- placer le vêtement du haut dans le pantalon et le bas du pantalon dans les chaussettes ou les bottes;
- prendre une douche ou un bain et bien examiner son corps en rentrant chez soi, pour repérer et vite se débarrasser de toute tique qui serait restée accrochée à la peau.

Rappelons que les mesures de prévention contre les piqûres de tiques sont recommandées pour l'ensemble de la région des Laurentides et protègent aussi contre les piqûres de moustiques, qui peuvent transmettre d'autres infections.

Pour en savoir plus sur la maladie de Lyme, comment se protéger et quoi faire en cas piqûre de tique, consultez [santelaurentides.gouv.qc.ca/sante-publique/maladies-infectieuses/maladie-de-lyme/](http://santelaurentides.gouv.qc.ca/sante-publique/maladies-infectieuses/maladie-de-lyme/).