



C'est bientôt l'été ! Quelques précautions s'imposent pour sortir au Parc Georges Valbon profiter des premiers rayons de soleil sans risquer la piqûre !

Une tique, qu'est-ce que c'est ?

Un petit insecte qui vit en pleine nature. Alors, si vous vous promenez, attention "La tique, ça pique".

Pourquoi dois-je éviter les piqûres de tiques ?

Si la piqûre de tique n'est pas douloureuse, l'insecte peut rester un moment sur le corps et grossir s'il n'est pas délogé ! De plus, certains tiques transportent des microbes qui peuvent être à l'origine de maladies lors de la piqûre.

Comment je me protège pour faire des activités dans la nature ?

Pour sortir sans prendre de risque il est conseillé :

Avant l'activité :

- De se couvrir les bras et les jambes et pourquoi pas, utiliser un répulsif adapté.
- De rester sur les sentiers ! Attentions aux herbes hautes, broussailles, feuilles mortes et fougères.

Après l'activité :

- D'inspecter ses habits, son corps et ne pas remettre les vêtements utilisés lors de l'activité (une tique peut s'y cacher !), et les laver à 60° !

Et si, malgré les précautions, je me fais piquer ?

Utilisez un crochet à tiques et essayez de ne pas l'écraser. Au plus vite elle sera retirée, au mieux ce sera. Il est important de désinfecter la piqûre et d'inscrire la date et le lieu de celle-ci sur le carnet de santé. Une surveillance de la zone piquée s'impose pendant un mois. En cas d'apparition d'une plaque rouge et ronde à partir de la zone de piqûre ou de tout symptôme inhabituel (Paralysie faciale, paralysie de fatigue, symptômes grippaux...) consultez au plus vite un médecin !