

Protéger les enfants des piqûres de tiques

Les bons gestes pour profiter de la nature en toute sécurité



POURQUOI S'EN PRÉOCCUPER?

Les tiques sont de plus en plus présentes dans certains espaces verts de Montréal (herbes hautes, buissons, zones boisées). Certaines peuvent transmettre la maladie de Lyme.

Les activités en nature sont excellentes pour la santé et le développement des enfants.

Bonne nouvelle!

Des gestes simples permettent de réduire fortement les risques liés aux piqûres de tiques.

COMMENT PRÉVENIR LES PIQÛRES DE TIQUES?

AVANT LES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

- Mettre des vêtements couvrants (pantalon, manches longues) et de couleurs claires (pour repérer les tiques)
- Mettre des chaussures fermées
- Mettre un chapeau ou casquette
- Appliquer un **chasse-moustiques** en respectant les indications (Selon l'âge de l'enfant)
- Emporter un **tire-tique** (vendu en pharmacie) ou une pince fine

PENDANT LES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES

Si votre enfant a été en contact avec des herbes hautes ou feuilles mortes:

Restez attentif:

- à la présence de tiques sur la peau ou les vêtements;
- à votre enfant s'il se gratte ou remarque un insecte ou une petite bosse sur sa peau.

Encouragez votre enfant à prévenir l'adulte s'il trouve une tique et de ne surtout pas l'enlever seul.

APRÈS LES ACTIVITÉS EXTÉRIEURES (TRÈS IMPORTANT!)

Vérifier le corps de l'enfant: Bras, plis du coude et aisselles, jambes, derrière les genoux, cou, oreilles, cheveux

Autres bons réflexes pour éliminer des tiques cachées:

- Prendre une douche
- Changer et laver les vêtements à l'eau chaude
- Les mettre à la sècheuse à chaleur élevée pendant au moins 10 minutes
- Vérifier les sacs, serviettes, couvertures, toutous et tout autre objet utilisé pendant la sortie
- Examiner régulièrement vos animaux de compagnie



LE CHASSE-MOUSTIQUES: EST-CE SÉCURITAIRE ?

Le chasse-moustiques aide à éloigner les insectes comme les moustiques et les tiques. Il est sécuritaire lorsqu'il est utilisé selon les recommandations.

Il est important de:

- Respecter les consignes d'utilisation (âge, quantité, fréquence).
- Éviter d'en mettre sur les mains, les yeux et la bouche.
- Chez les jeunes enfants, l'application doit être faite par un adulte.

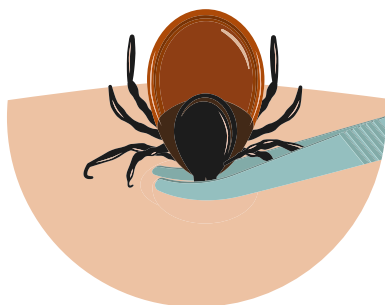
Les chasses-moustiques sont déconseillés chez les bébés de moins de 6 mois.



SI VOUS TROUVEZ UNE TIQUE

- **Retirez-la rapidement avec une pince fine ou un tire-tique** en la saisissant le plus près de la peau
- Nettoyer la peau **APRÈS** avoir retiré la tique avec de l'eau et du savon ou un désinfectant
- Éviter:
 - ✓ De retirer la tique avec les doigts ou les ongles;
 - ✓ De Tourner ou incliner la pince;
 - ✓ D'écraser ou presser la tique;
 - ✓ D'utiliser des produits pour la retirer (ex. : vaseline, huile, alcool à friction, vernis à ongles, etc.).

Cela peut augmenter le risque de transmission de la maladie de Lyme.



Pour visualiser les étapes de retrait d'une tique, cliquez sur le lien suivant :

La bonne façon de retirer une tique – Canada.ca

- Appelez **Info-Santé 811** ou consultez un **pharmacien**. Ils pourront évaluer la situation et vous conseiller (un antibiotique peut être recommandé dans certains cas)



APRÈS UNE PIQÛRE

Pendant 30 jours, surveillez l'apparition :

- D'une rougeur qui s'étend au niveau de l'endroit de la pique
- D'une fièvre ou une fatigue inhabituelle
- De tout autre symptôme inhabituel

Si un symptôme apparaît:
appeler Info-Santé 811

À RETENIR

- Le contact avec la nature est essentiel au bien-être des enfants.
- Les tiques peuvent être présentes dans certains parcs et espaces verts de la région de Montréal.
- Les gestes de prévention sont simples et efficaces:
 - ✓ Privilégier des vêtements couvrants et de couleur claire,
 - ✓ Utiliser un chasse-moustique selon les indications,
 - ✓ Vérifier le corps, les effets personnels et vos animaux après chaque sortie.
- Un retrait rapide de la tique = un risque réduit de maladie de Lyme

