

Régions à risque

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



- Estrie
- Outaouais
- Montréal
- Lanaudière
- Mauricie-et-Centre-du-Québec
- Chaudière-Appalaches
- Montérégie
- Laval
- Laurentides
- Capitale-Nationale

Environnements à risque



Milieus boisés
et forestiers



Herbes
hautes



Feuilles
mortes



Arbustes
et jardins

Période à risque



- Dès que la température atteint 4°C
- Dès qu'il n'y a plus de neige au sol

Caractéristiques d'une tique

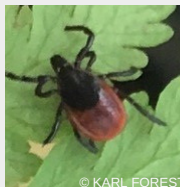
- ✓ Possède 8 pattes (*nymphes et adulte*)
- ✓ Mesure entre 1 et 13 mm (*selon l'espèce et le stade de croissance*)
- ✓ Ne saute pas, ne vole pas et ne se laisse pas tomber des arbres ou d'une surface en hauteur
- ✓ S'agrippe à l'humain lorsqu'il entre en contact avec la végétation où elle se cache
- ✓ S'ancre fortement sur la peau



Photo à droite : *Ixodes scapularis* aux stades de larve, nymphe, adulte mâle, adulte femelle et femelle engorgée de sang.

Le saviez-vous?

- ✓ Une douzaine d'espèces de tiques ont été répertoriées au Québec.
- ✓ Les piqûres des tiques sont généralement sans douleur et passent souvent inaperçues.
- ✓ La tique *Ixodes scapularis* (tique à pattes noires) est la seule espèce présente au Québec pouvant transmettre la bactérie causant la maladie de Lyme. Toutefois, seule une portion des tiques de cette espèce sont porteuses de la bactérie.



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 de forme arrondie ou en cible
- S'étend rapidement (>5 cm, env. 2 po)
- 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
- Douleurs à la nuque
- Douleurs à la poitrine, palpitations ou étourdissements
- Parésie faciale
- Engourdissement d'un membre
- Enflure des articulations

Traitement

Le traitement par antibiotique est généralement efficace contre la maladie de Lyme si elle est détectée et traitée précocement. Un antibiotique peut aussi être administré de manière préventive dans certains scénarios.



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.



Pour plus d'information, consultez :

- www.quebec.ca/lyme
- <https://www.inspq.qc.ca/zoonoses/tiques>



Développé grâce au soutien financier
du ministère de la Santé et des
Services sociaux du Québec

Institut national
de santé publique

Québec

Maladie de Lyme en milieu de travail



La maladie de Lyme
est en progression au Québec
et constitue un risque pour
la santé de certain(e)s
employé(e)s

Découvrez comment
protéger vos employé(e)s



Pour les employeurs

Québec

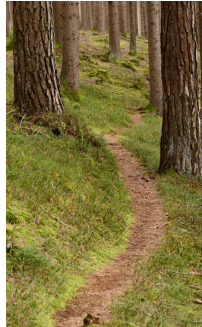
Comment se protéger

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

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 les employé(e)s à rester au centre des sentiers aménagés, lorsque possible.

3 Adapter les vêtements de travail pour couvrir les employé(e)s :

- chapeau;
- vêtements longs, de couleur claire;
- chaussures fermées.

✓ Couvrir le corps autant que possible (p.ex. en entrant le bas de vos pantalons dans vos chaussettes)

✓ Choisir des vêtements traités à la perméthrine, approuvés par Santé Canada



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 employé(e)s à risque?

Toute personne travaillant à l'extérieur, en contact avec les environnements à risque



Informer

Mettre à disposition de vos employé(e)s de l'information sur :

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



Un feuillet d'information pour les employé(e)s peut vous être remis par la direction de santé publique de votre région.

Offrir de la formation sur les premiers soins :

- retrait des tiques;
- désinfection.



➕ Rappeler à vos employé(e)s l'importance de l'inspection du corps, des vêtements et des équipements à la fin de chaque activité à risque

➔ Premiers soins

Chaque trousse de premiers soins devrait contenir :

- des pinces 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 tiques

1 Retirer la tique, aussitôt que possible, à la base de la peau et sans presser l'abdomen de la tique, à l'aide de pinces à bouts fins en tirant fermement et verticalement.



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



3 Appeler Info-Santé 811 pour connaître la marche à suivre et la possibilité de recevoir un antibiotique de manière préventive, selon votre région et votre situation



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



La maladie de Lyme est reconnue comme maladie professionnelle par le régime de santé et de sécurité du travail

Procédure après chaque activité à risque

- ✓ **Laver** les vêtements à l'eau chaude. Si l'eau chaude n'est pas possible, les faire sécher ensuite par culbutage à basse température pendant 90 minutes ou à température élevée pendant 60 minutes.
- ✓ **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.

