

Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

PRÉVENIR LA MALADIE DE LYME : DE SIMPLES PRÉCAUTIONS PEUVENT FAIRE LA DIFFÉRENCE !

Gatineau, le 25 juin 2021 – La Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Outaouais souhaite rappeler à la population de l'Outaouais que les tiques qui peuvent transmettre la maladie de Lyme sont présentes en Outaouais depuis quelques années et que leur nombre est en augmentation. La maladie de Lyme est une infection causée par une bactérie qui est transmise à l'humain par la piqûre d'une tique infectée. La tique vit dans la végétation, principalement dans les boisés et les hautes herbes.

Les données de surveillance démontrent qu'il y a des populations établies de tiques en Outaouais, en particulier dans le sud de la région. **Le Pontiac et les Collines-de-l'Outaouais sont considérés comme des secteurs endémiques pour les tiques.** Cela signifie que le risque d'attraper la maladie est significatif. Le risque est aussi présent dans les autres municipalités de l'Outaouais, dont Gatineau et Plaisance, même si ces territoires ne sont pas considérés endémiques.

La maladie de Lyme peut avoir des conséquences sur la santé et la qualité de vie de certaines personnes. Ainsi, il est important d'adopter des mesures de prévention simples et efficaces :

- Entre les mois de mai et de novembre, lors d'activités extérieures :
 - o Portez un chapeau, des souliers fermés et des vêtements longs.
 - o Entrez votre chandail dans votre pantalon ainsi que le bas de celui-ci dans vos chaussettes ou vos bottes.
 - o Utilisez un chasse-moustique à base de DEET ou d'icaridine en suivant les conseils d'application.
 - o En randonnée, marchez de préférence dans les sentiers et évitez les hautes herbes.
- Pour réduire la présence des tiques dans votre environnement :
 - o Coupez les herbes hautes et les broussailles autour de votre maison et tondez votre gazon, particulièrement près des aires de jeu des enfants.
 - o Enlevez les feuilles mortes, les broussailles et les mauvaises herbes qui se trouvent sur la pelouse et au bord des réserves de bois et du cabanon.
 - o Aménagez des sentiers (largeur d'au moins 3 mètres) en copeaux de bois ou en gravier entre les zones boisées et les pelouses, les patios et les aires de jeu.
- Au retour d'une activité extérieure, examinez votre équipement et tout votre corps. Profitez de l'heure du bain pour examiner vos enfants. Si une tique est accrochée à la peau d'une personne, enlevez-la à l'aide d'une pince à sourcils et conservez-la dans un contenant bien fermé. **N'oubliez pas de noter la date et le lieu de votre sortie, ces informations pourraient être utiles par la suite, si vous consultez un professionnel de la santé.**
- Si vous vous faites piquer par une tique dans une municipalité du secteur du Pontiac et des Collines-de-l'Outaouais, appelez Info-Santé 811 afin de vérifier votre admissibilité au traitement préventif. **Vous pouvez aussi consulter votre pharmacien qui pourra évaluer la nécessité de vous prescrire un traitement préventif si vous avez été piqué dans ces secteurs.**
- Si des symptômes sont observés au cours des semaines suivant une piqûre, tels que des rougeurs à l'endroit de la piqûre, de la fièvre, des maux de tête, de la fatigue et une raideur à la nuque, consultez un médecin. N'oubliez pas d'apporter votre tique.
- Pour savoir comment enlever une tique ou pour tout renseignement : <https://ciiss-outaouais.gouv.qc.ca/sante-publique/prevention-des-maladies-infectieuses-et-transmissibles/autres-maladies-infectieuses/maladie-de-lyme/>

Maladie de Lyme (aussi disponible en anglais): <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/maladie-de-lyme/>

Retrait d'une tique en cas de piqûre (aussi disponible en anglais): <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/retrait-de-tique-en-cas-de-piqure/>

Profitez pleinement de la belle saison estivale tout en vous protégeant !

**Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais**

Québec 

Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

-30-

Pour plus de renseignements :

Service des relations médias

Centre intégré de Santé et de Services Sociaux de l'Outaouais

07.relations_medias@ssss.gouv.qc.ca

Téléphone : 819 966-6583