

Votre santé

par Dr Paul Roumeliotis

Maladie de Lyme

La maladie de Lyme est causée par une bactérie nommée *Borrelia*. Les humains y sont exposés lorsqu'ils se font mordre par une tique à pattes noires, aussi appelée tique du cerf. Les tiques deviennent infectées lorsqu'elles se nourrissent sur des animaux infectés et peuvent transmettre l'infection aux humains en les mordant.

La maladie de Lyme touche tant les adultes que les enfants. Les symptômes apparaissent habituellement quelques semaines après la morsure de la tique. Ils comprennent :

- la fièvre
- la fatigue
- les maux de tête
- la douleur musculaire et articulaire
- une éruption cutanée à l'allure d'un œil de bœuf rouge

La forme avancée de la maladie peut causer des problèmes plus sérieux comme l'arthrite, la paralysie faciale (incapacité de bouger les muscles faciaux), la méningite et l'infection du cœur ou cardite. Ces complications se présentent habituellement quand la maladie n'est pas détectée et traitée rapidement.

Bien que la plupart des cas se soient produits en Nouvelle-Angleterre et dans les États de l'est et du Moyen-Atlantique des États-Unis, la maladie de Lyme a aussi été signalée au Canada. Des analyses sanguines particulières sont requises pour confirmer le diagnostic. Une fois le diagnostic établi, le traitement consiste en la prise d'antibiotiques pour une période pouvant aller jusqu'à 28 jours, par voie orale ou intraveineuse, selon la situation de chaque personne.

Inutile de dire qu'il est préférable de prévenir la maladie de Lyme que de la contracter. Je veux donc vous parler un peu des tiques et des façons d'éviter leurs morsures. Les tiques sont de petits insectes qui ont à peu près la taille d'une graine de sésame. Mais, quand elles se nourrissent de sang humain, elles deviennent beaucoup plus grosses (environ $\frac{3}{4}$ de pouce). Les tiques ne volent pas. Elles marchent lentement au sol et peuvent s'installer dans l'herbe haute. Il faut aussi savoir que la morsure d'une tique ne cause pas toujours la maladie de Lyme.

Si vous habitez ou travaillez près de la forêt ou d'un terrain boisé non entretenu, si vous faites de la randonnée pédestre, du camping, de la pêche ou de la chasse ou si vous faites un travail à l'extérieur, comme l'aménagement paysager ou le débroussaillage, vous courez un risque accru de contracter la maladie de Lyme.

Voici quelques conseils pour éviter les tiques.

- Portez des vêtements de couleurs pâles, avec des pantalons et des chandails à manches longues.
- Portez des chaussures fermées et des bas, jamais de sandales. Entrez vos pantalons dans vos bas.
- Utilisez un insectifuge contre les tiques contenant du DEET.
- Tondez bien votre pelouse.
- Mettez un collier contre les puces et les tiques à vos animaux domestiques.

Si vous êtes dans un endroit où vous pourriez vous faire mordre par une tique, vérifiez bien votre corps. Portez une attention particulière aux zones comme l'aîne, le cuir chevelu et les aisselles.

En terminant, si vous remarquez une tique sur votre peau, retirez-la le plus rapidement possible à l'aide d'une pince. Lavez et désinfectez vos mains et l'endroit de la morsure. Si vous le pouvez, placez la tique dans un pot ou une bouteille dévissable et apportez-la à votre Bureau de santé local aux fins d'identification et de tests de diagnostic de l'agent de la maladie de Lyme. Cette façon de procéder aide les autorités de la santé publique à déterminer l'activité de la maladie de Lyme dans leurs régions et à en assurer la surveillance.

Dr Paul Roumeliotis est le Médecin hygiéniste au Bureau de santé de l'est de l'Ontario et professeur adjoint en pédiatrie à l'Université McGill. © Dr Paul Roumeliotis