



Un message de votre COMITÉ ENVIRONNEMENT

AVRIL 2026

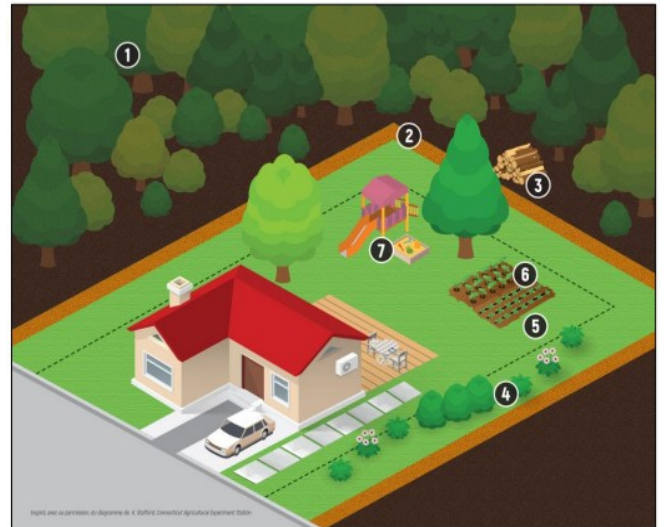
Maladie de Lyme et autres maladies transmises par les tiques

Les tiques sont des vecteurs de nombreuses maladies infectieuses touchant aussi bien les humains que les animaux. Parmi les plus connues figurent la maladie de Lyme, l'anaplasmose et la babésiose. Ces maladies doivent être prises au sérieux, car elles peuvent entraîner de graves conséquences sur la santé si elles ne sont pas traitées rapidement. Leur incidence est en constante augmentation, notamment dans le sud-ouest du Québec, en raison de facteurs environnementaux tels que les changements climatiques, la fragmentation des habitats naturels et la popularité croissante des activités de plein air. Dans ce contexte, il est essentiel de mieux comprendre les mécanismes de transmission, les symptômes et les mesures de prévention afin de limiter l'impact de ces maladies sur la santé publique.

Aménagement des terrains résidentiels pour se prémunir contre la maladie de Lyme

Si vous résidez près d'un boisé ou d'une forêt dans une région infestée de tiques, vous pouvez prendre quelques mesures pour réduire l'habitat des tiques près de votre résidence.

1. Habitat de la tique : Les boisés et les hautes herbes.
2. Barrière de copeaux de bois : Créez un écart entre le boisé et la pelouse en installant une bande d'une largeur d'un mètre (3 pieds) faite de copeaux de bois, de paillis ou de gravier.
3. Tas de bois : Entrez le tas de bois au bord de la bande de copeaux de bois, loin de la maison.
4. Zone « tampon » : Maintenez une zone de 3 mètres (9 pieds) de gazon entretenu entre les zones de pelouse sans tique où se déroulent vos activités (patio, balançoires, potager, etc.) et le boisé. Taillez les arbustes qui s'approchent de la pelouse de la zone sans tique.
5. Zone sans tique : Réalisez vos activités telles que le jardinage, les jeux extérieurs et autres à l'intérieur de ce périmètre de la cour.
6. Potager et balançoires : Installez votre potager, les plates-bandes, les balançoires, le mobilier de jardin et autres à l'intérieur de la zone sans tique.



- Dégagez les zones qui sont souvent fréquentées près de la maison
- Retirez les couvertures de feuilles mortes, les broussailles et les mauvaises herbes sur le bord de la pelouse, autour des réserves de bois et du cabanon.
- Tondez la pelouse régulièrement.
- Éloignez les jeux et les carrés de sable des enfants du bord des terrains boisés et placez-les sur une structure faite de copeaux de bois ou de paillis.
- Songez à installer des carreaux, du gravier ou des plantations en récipients sur les zones qui sont les plus près de la maison ou qui sont souvent fréquentées.
- Entrez l'activité des petits rongeurs près de la maison
- Nettoyez et scellez les murs de pierre ou de ciment et les petites ouvertures du revêtement extérieur de votre maison.
- Éloignez les réserves de bois de chauffage et les mangeoires d'oiseaux loin de la maison.

SE PROTÉGER

L'adoption de mesures préventives simples et accessibles permet de limiter considérablement le risque d'être piqué ou de développer la maladie. Sachez que ces mesures sont particulièrement pertinentes lors des activités extérieures qui se déroulent dans un boisé ou sur un terrain propice aux tiques (herbes hautes, arbustes, proximité de boisés, de haies ou de tapis de feuilles mortes au sol). Certaines sont aussi indiquées lorsque vous jardinez sur votre terrain, si vous demeurez dans une municipalité où les tiques sont très abondantes.

Avant et pendant l'activité

L'objectif est de limiter les contacts directs avec les tiques. Il est donc recommandé de :

- porter des vêtements longs, amples et de couleur pâle, manches fermées aux poignets, chemise entrée dans les pantalons et bas par-dessus les pantalons;
- appliquer du chasse-moustiques contenant du DEET (de 20 à 30 %) ou de l'icaridine (de 10 % à 20 %) en respectant les consignes du fabricant. Les chasse-moustiques contenant d'autres ingrédients sont peu efficaces pour éloigner les tiques (plus d'info : Quebec.ca);
- rester dans les sentiers aménagés et éviter les contacts avec la végétation.

Après l'activité ou en fin de journée

Comme le risque de développer une maladie transmise par les tiques augmente avec le temps, il est souhaitable de la retirer rapidement advenant une piqûre.

Attention : la piqûre de tique n'est pas douloureuse. Peut-être avez-vous été piqué à votre insu?

- Examiner minutieusement tout le corps.
- Examiner les animaux de compagnie.
- Retirer les tiques visibles le plus rapidement possible.
- Si vous trouvez une tique accrochée, consultez la section [J'ai été piqué par une tique.](#)
- Prendre une douche ou un bain (ou baignade).
- Changer de vêtements.
- Laver les vêtements ou les placer dans la sècheuse ou au soleil.

Même si vous n'avez pas trouvé de tique, surveillez l'apparition d'une rougeur sur la peau ou de fièvre dans les 30 jours ou d'autres symptômes inhabituels au courant de l'année suivante (pour connaître les symptômes, consultez la section [Ai-je la maladie de Lyme ou une autre maladie transmises par les tiques.](#)

Consultez un médecin si vous avez des symptômes.

L'INSPQ offre une application où vous pouvez faire identifier une tique par les experts : etick.ca