

Mai 2025

Assurez-vous de distribuer des copies de cet Info SST et de l'afficher aux endroits appropriés, dont le tableau d'affichage SST de votre unité.

La maladie de Lyme

La Direction santé, sécurité et mieux-être vous rappelle les bonnes pratiques pour réduire les risques de contracter la maladie de Lyme.

La maladie de Lyme est causée par la bactérie *Borrelia burgdorferi*. Elle entraîne de graves problèmes articulaires, cardiaques et neurologiques. Elle est transmise par la piqûre d'une tique (voir image ci-contre) présente dans les feuilles mortes et les herbes hautes lorsque qu'il n'y a plus de neige au sol et que la température dépasse 4°C.



Prévenir les piqûres

- Porter des chaussures fermées, un chapeau et des vêtements longs de couleurs claires;
- Appliquer des produits chasses moustiques à base de DEET;
- Demeurer dans les sentiers aménagés et dégagés de branches et de broussailles;
- Inspecter vos vêtements, vos équipements et votre peau à la recherche de tiques.

Si vous découvrez une tique sur votre peau

- Retirez-la délicatement avec une pince à épiler;
- Conservez-la dans un sac hermétique identifié et daté.
 - Un retrait de la tique dans les 36 heures suivant la piqure pourrait prévenir l'infection.
- Lavez le site de la piqûre avec de l'eau et du savon puis désinfectez-là;
- Surveiller les symptômes qui surviennent de 3 à 30 jours après la piqûre.

SYMPTÔMES À SURVEILLER

Rougeur cutanée indolore d'un diamètre de 5 cm (2 po) ou plus au site de la piqûre (voir image ci-contre). Sans traitement, la rougeur peut disparaître et réapparaître à un autre endroit.

Fièvre, fatigue ou douleurs musculaires ou articulaires inhabituelles.

Un doute ? Contactez **Info-Santé au 811** et précisez qu'une tique vous a peut-être piquée.



À CONSULTER

- [Espace apprentissage - Série SST : Se protéger de la maladie de Lyme](#)
- [Gouvernement du Québec : Maladie de Lyme](#)

Pour tout renseignement ou service-conseil supplémentaire, n'hésitez pas à communiquer avec votre [intervenante ou intervenant SST en arrondissements](#) ou avec votre [intervenante ou intervenant PARH](#) pour les services centraux.