

Morsures d'araignées et piqûres d'abeilles/guêpes

- Retirer le dard de l'abeille en raclant délicatement la zone piquée à l'aide d'un objet non tranchant, comme une carte bancaire ou un couteau à beurre. Évitez d'utiliser une pince à épiler ou tout autre objet pouvant percer ou appuyer sur le sac à venin, ce qui aggraverait les symptômes.
- Nettoyez la zone avec du savon doux et de l'eau.
- Appliquez une compresse fraîche ou un sac de glace sur la morsure et élevez la zone pour réduire la douleur et l'enflure.
- Si nécessaire, prenez un analgésique en vente libre. Un antihistaminique peut aussi aider si la plaie démange.

Retrait de tiques

- À l'aide d'une pince à épiler ou d'un outil pour enlever les tiques, saisissez la tique le plus près possible de la peau. Il est important de ne pas presser l'abdomen de la tique.
- Tirez la tique doucement et de façon continue, sans la tourner ni l'écraser.
- Nettoyez la zone avec du savon et de l'eau et lavez vous bien les mains.

- Conservez la tique dans un contenant étanche. Inscrivez la date et le lieu où vous étiez lorsque vous avez été piqué ainsi que l'endroit de la piqûre sur votre corps. Ces informations pourraient être utilisées pour surveiller l'évolution de la maladie de Lyme au Québec.

Autres recommandations de votre pharmacien-propriétaire affilié à **uniprix** :

L'information retrouvée dans ce document a une portée éducative et ne remplace pas une consultation ou l'avis du professionnel de la santé.

uniprix

MOUSTIQUES, TIQUES ET AUTRES INSECTES



Insectes et maladies

Les **moustiques** peuvent transmettre des maladies telles que le chikungunya, la dengue, l'encéphalite japonaise, le paludisme, la fièvre jaune et le zika. Les symptômes de ces maladies peuvent aller d'une éruption cutanée légère à des symptômes pseudo-grippaux et, dans certains cas, à la mort.

Les **tiques** peuvent provoquer diverses maladies telles que la maladie de Lyme, la fièvre pourprée des montagnes Rocheuses et l'encéphalite à tiques. Les symptômes généraux des maladies transmises par les tiques comprennent la fièvre / frissons, les maux de tête, la fatigue, les douleurs musculaires ou articulaires et les éruptions cutanées.

Les **araignées** peuvent être trouvées dans le monde entier, mais piquent rarement les humains. Les symptômes d'une morsure comprennent une sensation de picotement suivie d'un gonflement, de démangeaisons et d'une inflammation.

Les insectes piqueurs tels que **les abeilles, les guêpes, les frelons et les fourmis** se trouvent dans de nombreux endroits du monde. Les symptômes sont généralement une douleur et un gonflement autour du site de la piqûre, mais peuvent parfois entraîner une réaction sévère.



Recommandations:

- Minimisez votre exposition aux insectes
- Choisissez des hébergements climatisés avec un accès limité pour les insectes.
- Dormez sous une moustiquaire si vous séjournez dans une zone exposée.
- Évitez d'être à l'extérieur lorsque les moustiques sont plus actifs, comme au lever et au coucher du soleil.
- Évitez les endroits comme la forêt et les hautes herbes où vivent les tiques.
- Portez des vêtements appropriés pour minimiser l'exposition de la peau.
- Ex. Vêtements amples à manches longues, pantalons longs, chaussettes et chaussures.
- Utilisez un insectifuge contenant du DEET ou de l'icaridine.

- Lors de l'application d'un écran solaire et d'un insectifuge, appliquez d'abord l'écran solaire et attendez au moins 20 minutes avant d'appliquer l'insectifuge.
- Il existe des vaccins et/ou des médicaments afin de prévenir certaines maladies liées aux insectes, veuillez vous informer auprès de votre pharmacien avant votre départ de voyage.

****Pour obtenir les médicaments nécessaires à votre voyage, consulter votre pharmacien, il pourra vous conseiller. ****

