

#ÉtéSansSouci

Pendant l'été, gare aux piqûres et aux morsures !

Se protéger pendant les promenades et dans son jardin

Je porte des **chaussures** et des **vêtements couvrants** (jambes et bras), un **chapeau** et je **rentre le bas de mon pantalon dans les chaussettes**.

Je **reste sur les chemins**, j'**évite les broussailles**, les **fougères** et les **hautes herbes**.

J'**évite de soulever les pierres et les tas de bois**.

J'**applique des répulsifs** contre les insectes sur la peau et/ ou sur les vêtements, en respectant leur mode d'emploi.

Chez moi, je **supprime les eaux stagnantes** et je **débroussaille les herbes hautes**.

Si je suis allergique, je peux **demander à mon médecin de me prescrire une trousse d'urgence** et j'**informe mon entourage et mes amis de ce risque allergique**.





DE GUÊPES, ABEILLES, BOURDONS ET FRELONS

Si je suis piqué, **je retire rapidement le dard** avec l'ongle ou avec une carte de crédit (ne pas utiliser de pincette).

En cas de piqûre à la main, j'enlève mes bagues pour ne pas gêner la circulation du sang **si un gonflement se développe.**

Je **désinfecte à l'eau et au savon,** puis **j'applique une solution antiseptique.**

En cas de douleur intense, je prends un antidouleur par voie orale. Je vérifie si je suis à jour de ma vaccination contre le tétanos.

JE CONSULTE IMMEDIATEMENT UN MEDECIN, JE ME RENDS AUX URGENCES OU J'APPELLE IMMEDIATEMENT LE 15 OU LE 112 EN CAS DE :

- **piqûre dans la bouche ou dans la gorge** (en attendant, je suce un glaçon)
- **réaction locale dans les jours qui suivent la piqûre ou signes généraux d'infection** tels que de la **fièvre** et/ou des **frissons**
- **réaction allergique** (en attendant je m'allonge et je surélève mes jambes)

DE TIQUES

Si après une activité dans la nature, **je repère une ou des tiques sur mon corps, je les retire immédiatement avec un tire-tique, et je désinfecte la zone avec un antiseptique.**

Je note dans le carnet de santé la date et la partie du corps concernée.

Si dans le mois qui suit la morsure apparaissent **une plaque rouge** qui s'étend en cercle à partir de la zone de morsure **ou d'autres symptômes** (fièvre, paralysie, etc.), **JE CONSULTE SANS TARDER UN MEDECIN.**



DE MOUSTIQUE TIGRE

Si je suis dans une zone où est implanté le moustique tigre et que je ressens les symptômes suivants :
fièvre forte ou modérée, grande fatigue, douleurs musculaires ou articulaires, maux de tête, conjonctivite,
JE CONSULTE SANS TARDER UN MEDECIN
et je continue à me protéger des piqûres.



EN CAS DE MORSURE DE VIPÈRE

**J'APPELLE IMMÉDIATEMENT LES URGENCES
EN FAISANT LE 15 OU LE 112.**

- En attendant les secours, **je reste calme et j'ôte tout ce qui peut serrer la zone mordue** (bagues, montres, chaussures etc.).
- **Je désinfecte la plaie avec un antiseptique et j'immobilise le membre mordu** pour ralentir la propagation du venin.

