

#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**.



En cas de piqûre



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 :

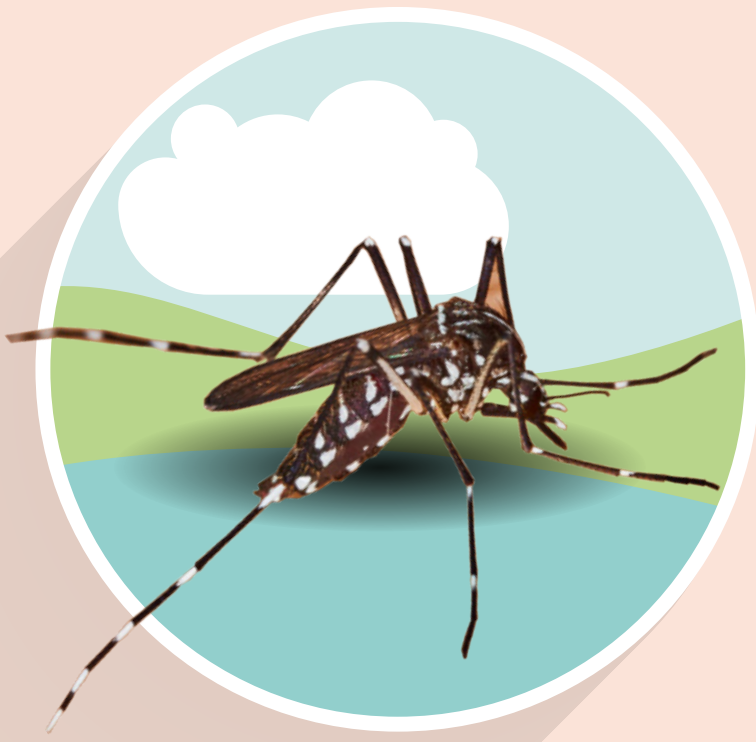
- **piqûre dans la bouche ou dans la gorge** (en attendant, je suce un glaçon)
- **réaction locale dans les jours qui suivent la piqûre** ou **signes généraux d'infection** tels que de la **fièvre** et/ou des **frissons**
- **réaction allergique** (en attendant je m'allonge et je surélève mes jambes)

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 IMMEDIATEMENT 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.

