



# Maladie de Lyme

## La maladie de Lyme, qu'est-ce que c'est ?

La maladie de Lyme (borréliose de Lyme) est une maladie infectieuse qui peut se développer chez une personne après une morsure de **tique**.

## Quelle est la cause de la maladie de Lyme ?

La cause de la maladie de Lyme est un microbe, et plus précisément, une bactérie. Cette bactérie s'appelle Borrelia.

Certains animaux sont porteurs de cette bactérie Borrelia. Si une tique mord un animal porteur de Borrelia et qu'elle se nourrit du sang de cet animal, elle peut aussi devenir porteuse de la bactérie. Lorsqu'une tique porteuse de la bactérie mord une personne, elle peut lui transmettre cette bactérie. La personne peut développer la maladie de Lyme.

Une maladie infectieuse qui passe de l'animal à l'homme s'appelle une **zoonose**.

## Une tique, qu'est-ce que c'est ?

Une tique est un animal de la famille des araignées qui se nourrit de sang humain et de sang animal.

## Comment une tique peut-elle mordre ?

Les tiques vivent dans les **buissons**, dans l'**herbe** et dans les **arbres**.

Pour se nourrir, une tique se laisse tomber sur un animal ou sur une personne qui passe. Une fois sur le corps, le plus souvent, elle se déplace pour trouver l'endroit le plus adapté pour mordre et s'accrocher.

La tique s'accroche le plus souvent aux **chevilles**, derrière les **genoux**, dans l'**aine**, sur la **tête** ou dans le **cou**.

## Quels sont les facteurs de risque de la maladie de Lyme ?

Plus une tique porteuse de la bactérie reste **longtemps** accrochée à la peau, plus le risque de développer une maladie de Lyme augmente. Généralement, lorsque la tique reste accrochée **plus de 48h**, elle transmet la bactérie Borrelia.

Les tiques sont principalement actives **de mars à octobre**. On retrouve les tiques en Belgique et dans le monde entier. Toutes les tiques ne transmettent pas la bactérie Borrelia.

### **A quelle fréquence peut-on attraper la maladie de Lyme ?**

En Belgique, environ **1 tique sur 10** est infectée par Borrelia. Toutes les morsures de tiques n'entraînent donc pas la maladie de Lyme. Selon les estimations, **1 morsure de tique sur 100 à 1 morsure de tique sur 50** provoque la maladie de Lyme.

Dans certaines zones du monde, le nombre de tiques infectées par Borrelia est plus élevé.

### **Comment reconnaître la maladie de Lyme ?**

La maladie de Lyme évolue en plusieurs phases.

### **Érythème migrant**

L'érythème migrant est une **éruption de la peau** (éruption cutanée) qui apparaît à l'endroit de la morsure de tique, habituellement **1 à 2 semaines après la morsure**. La peau est rose ou rouge (érythème) à partir de l'endroit de la morsure et **la rougeur s'étend** vers l'extérieur (érythème migrant). Au centre, la peau peut ensuite devenir plus claire et retrouver sa couleur normale. L'éruption cutanée ressemble alors à un **anneau** ou une cible.

Généralement, l'éruption n'est **pas douloureuse et ne chatouille pas**. Dans certains cas, elle peut provoquer une sensation de brûlure.

L'érythème migrant peut s'étendre jusqu'à 5 centimètres de diamètre ou plus. Il **disparaît généralement tout seul** après quelques jours ou quelques semaines.

L'érythème migrant est le signe (symptôme) le plus fréquent de la maladie de Lyme. Mais il n'apparaît pas chez tout le monde. Vous pouvez donc avoir la maladie de Lyme sans avoir un érythème migrant.

Parfois, quelques heures ou quelques jours après la morsure, la salive de la tique peut provoquer une réaction de la peau : la peau est rouge, chaude, démange et fait mal. La rougeur diminue après 48h et disparaît en quelques jours. Cette réaction n'est pas un érythème migrant et n'est donc pas un signe de la maladie de Lyme.

Vous pouvez également avoir d'autres symptômes, comme, par exemple :

- des maux de tête ;
- de la fièvre ;
- des douleurs aux muscles ou aux articulations ;
- de la [fatigue](#).

## Évolution de la maladie de Lyme

**Sans traitement**, la maladie de Lyme peut se propager dans le corps, au niveau des nerfs et des articulations. Des signes (symptômes) apparaissent **plusieurs semaines ou plusieurs mois** après la morsure de tique.

La maladie de Lyme peut toucher, par exemple :

- les articulations (arthrite de Lyme) ;
- le système nerveux (neuroborréliose) ;
- le cœur (cardite de Lyme).

### Arthrite de Lyme

Une [arthrite](#) est une inflammation d'une articulation. Les symptômes sont par exemple :

- un gonflement des articulations (par exemple, du genou) ;
- des douleurs aux articulations.

### Neuroborréliose

L'infection peut toucher les nerfs ([neuropathie](#)), et, rarement, causer une [méningite](#) ou une [encéphalite](#).

Les symptômes sont par exemple :

- des douleurs ou des fourmillements dans les mains ;
- un manque de sensation dans les bras et les jambes ;

- une perte de force dans les bras et les jambes ;
- la bouche qui tire vers le bas ([paralysie du nerf facial](#)) ;
- une mauvaise vision d'un œil ;
- une vision double ;
- de la fatigue ;
- une irritation ou de l'agressivité ;
- des maux de tête.

### Cardite de Lyme

L'infection peut perturber le rythme des battements du cœur. Moins souvent, elle peut toucher le muscle (myocarde) ou l'enveloppe (péricarde) du cœur ([myocardite](#) ou [péricardite](#)).

Les symptômes sont par exemple :

- des palpitations ;
- des douleurs près du cœur ;
- un essoufflement.

### Comment le diagnostic est-il posé ?

Votre médecin vous pose quelques questions et vous examine. Il ou elle pose le diagnostic sur base de vos **symptômes**, par exemple, un érythème migrant ou d'autres signes de la maladie de Lyme. Votre médecin peut également se renseigner sur vos lieux de promenade ou vos voyages.

Plus tard, le diagnostic peut être posé, en fonction de vos symptômes, sur base :

- d'une prise de sang ;
- en cas de symptômes du système nerveux, d'une [ponction lombaire](#) ;
- en cas de symptômes du cœur, d'un [électrocardiogramme \(ECG\)](#).

## Que pouvez-vous faire ?

### Pour éviter une morsure de tique ?

Si vous vous promenez **dans les bois ou dans les hautes herbes**, pensez aux tiques. Pensez-y également lorsque vous voyagez. Vous pouvez vérifier les régions où les tiques sont nombreuses sur internet ([En savoir plus](#)).

Voici quelques conseils :

- Marchez sur les sentiers de randonnée plutôt que dans les hautes herbes.
- Portez des vêtements longs (manches longues, pantalons longs).
  - Vous pouvez glisser le bas de votre pantalon dans vos chaussettes pour couvrir entièrement vos jambes.
- Portez, de préférence, des vêtements de couleur claire pour mieux voir les tiques qui se déposent sur vous.
- Portez une casquette ou un chapeau.
- Utilisez un produit qui repousse les insectes (répulsif), tel que le DEET, sur les parties non couvertes de votre corps.
  - Soyez prudent, les doses sont différentes chez l'adulte et chez l'enfant.
  - Demandez l'avis de votre pharmacien·ne.

Ces conseils sont importants **même si vous avez déjà eu la maladie de Lyme**. En effet, il est possible d'attraper cette maladie plusieurs fois.

### Après la balade

- Brossez ou lavez les vêtements dès que possible.

- Inspectez attentivement les **chevilles**, derrière les **genoux**, dans l'**aine**, sur la **tête** ou dans le **cou**.
- Pensez à regarder derrière les oreilles.
- Demandez l'aide d'une personne proche si c'est nécessaire.

## Après une morsure de tique

Si vous remarquez une tique accrochée à votre peau, vous devez **la retirer le plus vite possible, idéalement dans les 24 heures**. En effet, le risque d'infection augmente avec le temps.

Vous pouvez retirer la tique vous-même ou demander l'aide d'une personne proche.

Voici quelques conseils :

- **Ne désinfectez pas** la peau avant de retirer la tique.
- Utilisez de préférence un **tire-tique**.
  - Vous pouvez l'acheter à la pharmacie.
  - Votre pharmacien·ne vous explique comment l'utiliser.
- Évitez de gratter la tique : vous risquez d'en détacher des petits morceaux, qui peuvent rester dans la peau.
- Essayez d'attraper la tique **au plus près de votre peau**, près de la tête de la tique, **sans pincer son dos**.
- Retirez doucement la tique de votre peau.
- Ensuite lavez la peau avec **de l'eau et du savon**.
- **Notez** le jour de la morsure.
- **Regardez** l'endroit de la morsure régulièrement.

Si vous n'observez pas d'érythème migrant et si vous n'avez pas d'autres symptômes de la maladie de Lyme, vous n'avez pas besoin de traitement.

Par contre, si :

- la tique est sur votre peau depuis **plus de 24 heures** ;
- votre peau devient rose ou rouge (érythème) à partir de l'endroit de la morsure de la tique et la **rougeur s'étend** vers l'extérieur (**érythème migrant**) ;
- vous avez :
  - des maux de tête,
  - de la fièvre,
  - des douleurs aux muscles ou aux articulations,
  - de la fatigue ;
- vous êtes **enceinte**,

**contactez votre médecin.**

### **Que peut faire votre médecin ?**

Votre médecin peut vous aider à retirer la tique si vous n'y êtes pas arrivé tout seul.

Si vous avez un érythème migrant ou si votre médecin pense que vous avez la maladie de Lyme, il ou elle vous prescrit un **antibiotique**.

Si vous prenez un antibiotique rapidement, vous évitez des symptômes plus avancés de la maladie de Lyme.

Si vous avez des symptômes plus avancés de la maladie de Lyme, comme de l'arthrite de Lyme ou des symptômes sur le système nerveux, votre médecin peut vous conseiller d'aller voir un spécialiste. Vous devez également prendre un antibiotique. Parfois, vous les recevez en perfusion à l'hôpital.

Après le traitement, certaines personnes ont encore de la fatigue et des douleurs pendant quelques mois (syndrome post-Lyme). Généralement, cela s'améliore avec le temps.

Rédaction le 04 juillet 2024.

Dernière mise à jour le 04 juillet 2024

Lien vers l'article:

<https://infosante.whitecube.dev/guides/maladie-de-lyme-borreliose-de-lyme>



## Liens Utiles

- Tiques – Zones à risque  
<https://www.wanda.be/fr/a-z-index/tiques>
- Bon usage des répulsifs  
<https://www.cbip.be/fr/articles/3056?folia=3047>
- TiquesNet - Participez au comptage des morsures de tiques en Belgique  
<https://tiquesnet.sciensano.be/>
- Premiers secours : piqûre de tique (vidéo)  
<https://www.sikana.tv/fr/health/first-aid/first-aid-tick-bite>
- Risques sanitaires particuliers en voyage  
<https://diplomatie.belgium.be/fr/pays>
- Tiques - Quelques conseils pour prévenir & réagir, ici,  
[https://www.aviq.be/sites/default/files/documents\\_pro/2022-06/Triptyques-Tiques.pdf](https://www.aviq.be/sites/default/files/documents_pro/2022-06/Triptyques-Tiques.pdf)

## Sources

- TiquesNet 2023 - Surveillance des morsures de tiques en Belgique  
<https://www.sciensano.be/fr/biblio/tiquesnet-2023-surveillance-des-morsures-de-tiques-en-belgique>
- Maladie de Lyme  
<https://www.sciensano.be/fr/sujets-sante/maladie-de-lyme>
- Maladie de Lyme - Erythème migrant  
<https://www.cbip.be/fr/chapters/12?matches=Lyme&frag=8001000>
- Patient leaflets - Lyme disease  
<https://bestpractice.bmj.com/patient-leaflets/en-gb/html/1570767362202/Lyme%20disease>
- Zoonoses  
<https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/zoonoses#:~:text=Une%20zoonose%20est%20une%20maladie%20>
- Lyme disease  
<https://bestpractice.bmj.com/topics/en-gb/224>
- DynaMed. Lyme Disease. EBSCO Information Services. Accessed 25 juin 2024. <https://www-dynamed-com.gateway2.cdih.be/condition/lyme-disease>  
<https://www-dynamed-com.gateway2.cdih.be/condition/lyme-disease>