

La méningo-encéphalite
verno-estivale (MEVE) –
tout ce qu'il faut en savoir
en quelques mots.

JE LE SUIS ET VOUS?

Markus Ryffel est immunisé par
3 vaccins contre la méningite à tique.



Des tiques? Pas de panique!

La MEVE – pourquoi les amoureux du sport et de la nature sont-ils particulièrement menacés?

L'exercice, le sport et les autres activités pratiquées dans la nature sont bons pour la santé et permettent de garder la forme. Malheureusement, les forêts et les espaces verts de Suisse alémanique se trouvent souvent dans des zones d'endémie de la MEVE. Le dérèglement climatique, entre autres, favorise l'expansion des tiques dans des régions plus élevées, jusqu'à 1500 mètres d'altitude. Selon les statistiques de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), de 100 à 245 cas de MEVE par an ont été répertoriés en Suisse au cours des dernières années.

Qu'est que la MEVE et comment la maladie se développe-t-elle?

La MEVE (méningo-encéphalite verno-estivale), plus connue sous le nom d'encéphalite à tiques, est une infection virale causée par une piqûre de tique. Dans les cas typiques, la maladie se déroule en deux phases:

- Dans les 2 à 28 jours suivant la piqûre de la tique, certaines personnes peuvent manifester des symptômes grippaux tels que maux de tête, fièvre, fatigue ou douleurs articulaires. Ces symptômes s'estompent quelques jours après.
- Pour 5 à 15 % des patients, après un intervalle sans autres symptômes survient la deuxième phase de la maladie, qui affecte le système nerveux central. Les évolutions graves de la MEVE provoquent, dans 5 % des cas, des paralysies pouvant entraîner une invalidité durable. La maladie est mortelle dans environ 1 % des cas.



Conseils tactiques contre les tiques

- Porter des chaussures fermées.
- Pas de short ou de bermuda.
- Rentrer les bas de pantalon dans les chaussettes
- Après avoir passé du temps dans la nature, rechercher d'éventuelles tiques sur la peau.
- En randonnée, marcher au milieu des sentiers et ne pas effleurer les buissons ou les hautes herbes.
- Retirer la tique aussi vite que possible avec une pince à épiler, une carte à tiques ou les ongles.
- Noter l'endroit et la date de la piqûre de la tique.



Pour retirer une tique:

- Retirer la tique le plus vite possible en la tirant sans à-coups avec une pince à épiler.
- Ne pas tourner la pince en tirant.
- Ne pas utiliser d'huile.
- Désinfecter l'endroit de la piqûre après avoir retiré la tique.





«Je m’investis pour que les amoureux du sport et de la nature soient informés des risques d’une encéphalite à tiques et s’en protègent. Je suis moi-même vacciné contre la MEVE.»

Markus Ryffel, passionné de course de fond, s’implique activement dans la prévention de la MEVE.

Un vaccin efficace pour se protéger de la MEVE!

La MEVE étant une maladie pour laquelle il n’existe aucun traitement, le vaccin revêt une importance capitale. L’Office fédéral de la santé publique (OFSP) recommande la vaccination contre la MEVE à toutes les personnes habitant ou séjournant temporairement dans une zone à risques.

Une protection intégrale et durable nécessite au moins 3 injections.

Vous trouverez d’autres informations sur le site **www.zeck-o-schreck.ch** (en allemand seulement).

