

Piqûres d'insectes

Pendant l'été, nous passons plus de temps à l'extérieur, les insectes sont plus nombreux et nos vêtements laissent des parties de notre corps exposées. Il est donc plus probable que les moustiques, les abeilles, les taons et d'autres insectes vous piquent.

Comment prévenir les piqûres ?

Vêtements : portez des vêtements clairs qui couvrent bien le corps : manches longues, pantalon long et chaussettes. À la campagne, portez des chaussettes par-dessus votre pantalon.

Répulsifs : évitez l'exposition continue aux répulsifs. Ceux à base de pyrèthrine sont des insecticides végétaux ; d'autres, comme la citronnelle, sont extraits de plantes et repoussent les insectes grâce à leur odeur.

N'utilisez les répulsifs qu'à l'extérieur et seulement pendant la durée nécessaire. Suivez les instructions du produit, notamment en ce qui concerne le nombre d'applications quotidiennes. Ne pas appliquer sur le visage. Ne pas utiliser sur les enfants de moins de 2 ans ou, si possible, sur les personnes âgées. Il est très important que les enfants soient bien couverts par leurs vêtements et que des moustiquaires et d'autres barrières physiques soient utilisées.

Lorsque le répulsif n'est plus nécessaire, lavez soigneusement la peau avec de l'eau et du savon. En cas de réaction au produit, lavez également la peau à fond avec de l'eau et du savon. Si nécessaire, contactez Salut Respon ou rendez-vous dans un centre de santé.

Moustiquaires : vous pouvez empêcher les insectes d'entrer en installant des moustiquaires sur les fenêtres, les portes et les autres ouvertures.

Évitez les eaux stagnantes. Les œufs et les larves de moustiques vivent dans de petites quantités d'eau stagnante dans les zones extérieures proches des habitations. Videz et éliminez tous les endroits où de l'eau, même minime, peut stagner (lavabos, trous dans les arbres ou dans le sol, gouttières, vases, seaux, cendriers, jouets, soucoupes de pots de fleurs, etc.) Pour éviter qu'ils ne se remplissent d'eau, retournez-les. Ils doivent être contrôlés deux

fois par semaine. L'eau destinée aux animaux domestiques doit être changée fréquemment. Et l'eau des piscines doit toujours être traitée.

Que faire en cas de piqûre ?

Lavez soigneusement la zone touchée avec de l'eau et du savon doux et **évitez de la gratter**. Pour réduire les **démangeaisons**, appliquez une gaze ou un tissu propre imbibé d'eau froide.

Vous pouvez également appliquer du froid (glace). S'il n'y a pas de plaie, on peut utiliser du vinaigre, de l'alcool ou une préparation pharmaceutique à base d'ammoniaque.

Les abeilles, les guêpes, etc. laissent leur dard dans la peau. Retirez d'abord le dard, puis lavez soigneusement la zone touchée (si vous utilisez une pince à épiler, veillez à ne pas enfoncer davantage le dard et à ne pas répandre le venin de l'insecte).

Le **moustique commun** pique généralement après le coucher du soleil. Par conséquent, au crépuscule, il faut faire attention à ses vêtements et réduire ses activités extérieures, en particulier près des flaques d'eau et des étangs.

Le **moustique tigre** pique à plusieurs reprises. Traitez-le comme n'importe quelle autre piqûre de moustique : lavez et désinfectez soigneusement la zone et évitez de vous gratter.

Quand faut-il consulter un médecin d'urgence ?

Si, après une piqûre, vous éprouvez : des difficultés à respirer, un gonflement important du visage et de la bouche, une sensation d'oppression dans la gorge ou de faiblesse, une perte de conscience, des douleurs abdominales persistantes, de la fièvre, des douleurs articulaires, ou si votre peau devient bleue.

