



What is it?

Lyme disease is caused by the *Borrelia burgdorferi* bacterium, which can result in serious chronic health issues if left untreated.

How does it spread?

Lyme disease is transmitted through blacklegged ticks, also known as deer ticks. Ticks are disease vectors, similar to how mosquitoes can spread malaria. Ticks feed on blood and will attach themselves to birds, rodents and deer, which is how they become infected. When an infected tick bites a human, they have to feed for at least 24 hours before they can transmit the disease. Ticks are difficult to spot because they are small and will attach themselves in hard-to-see areas, such as near the groin or scalp, and their bite is mostly painless.

By the numbers

Due to climate change, ticks have been spreading further. In Canada, Lyme disease is endemic in Nova Scotia, New Brunswick, Quebec, Ontario, Manitoba and British Columbia. In 2017, there were more than 2,000 reported cases of Lyme disease, whereas in 2009 there were less than 200. It is thought the number of cases may be underreported.

Symptoms

Symptoms can take a few days or even a month to develop. Most people who are infected will get flu-like symptoms, such as fever, aches and fatigue. Some people get a distinct bulls-eye rash. If left untreated, more serious symptoms can develop, including severe headaches, facial paralysis, arthritis, and neurological disorders.

Prevention

The best way protect against ticks is to avoid areas that are tick-infested, especially in the spring and summer months. If going into the woods, it is best to hike in the middle of the trail where you are less likely to brush up against tall grass or bushes where ticks tend to hide.

It is also recommended that you wear light-coloured clothing, long sleeves and pants, and use bug repellent that contains DEET. Do a tick-check when coming back indoors, shower immediately after being outside, and stick your clothes in the dryer to kill off any ticks. If you're bit, carefully remove ticks using tweezers and cleanse the affected area. In the case of infection, early diagnosis is key and antibiotics can be taken to prevent any long-term effects.

Can Lyme disease kill?

Lyme disease-related deaths are rare, but there is a serious condition called Lyme carditis in which the disease spreads to heart tissue, causing heart palpitations, chest pain, and even cardiac arrest.





Qu'est-ce que c'est?

La maladie de Lyme est causée par la bactérie *Borrelia burgdorferi*, qui peut entraîner de graves problèmes de santé chroniques si elle n'est pas traitée.



Comment se propage la maladie de Lyme?

La maladie de Lyme est transmise par des tiques à pattes noires, également appelées tiques du cerf. Les tiques sont des vecteurs de maladies, similaires à la manière dont les moustiques peuvent propager le paludisme. Les tiques se nourrissent de sang et s'attachent aux oiseaux, aux rongeurs et aux cerfs, c'est ainsi qu'elles s'infectent. Quand une tique infectée mord un humain, elle doit se nourrir pendant au moins 24 heures avant de pouvoir transmettre la maladie.

Quelques chiffres

En raison du changement climatique, les tiques se sont répandues davantage. Au Canada, la maladie de Lyme est endémique en Nouvelle-Écosse, au Nouveau-Brunswick, au Québec, en Ontario, au Manitoba et en Colombie-Britannique. En 2017, plus de 2 000 cas de maladie de Lyme ont été déclarés, contre moins de 200 en 2009. On pense que le nombre de cas pourrait être sous-déclaré.

Symptômes

Les symptômes peuvent prendre quelques jours, voire un mois, à se développer. La plupart des personnes infectées auront des symptômes semblables à ceux de la grippe, tels que fièvre, douleurs et fatigue. Certaines personnes ont une éruption cutanée distincte. En l'absence de traitement, des symptômes plus graves peuvent se développer, notamment des maux de tête graves, une paralysie faciale, de l'arthrite et des troubles neurologiques.

Prévention

La meilleure façon de se protéger contre les tiques est d'éviter les zones infestées par les tiques, en particulier au printemps et en été. Si vous allez dans les bois, il est préférable de faire une randonnée au milieu du sentier, où vous serez moins susceptible de vous frotter aux herbes hautes ou aux buissons où les tiques ont tendance à se cacher. Il est également recommandé de porter des vêtements de couleur claire, des manches longues et des pantalons, et d'utiliser un insectifuge contenant du DEET. Faites une vérification des tics lorsque vous rentrez à l'intérieur, prenez une douche immédiatement après être dehors et collez vos vêtements dans le sèche-linge pour éliminer les tiques. Si vous êtes mordu, éliminez soigneusement les tiques à l'aide de pinces et nettoyez la zone touchée. En cas d'infection, un diagnostic précoce est essentiel et des antibiotiques peuvent être utilisés pour prévenir tout effet à long terme.

La maladie de Lyme peut-elle entraîner la mort?

Les décès liés à la maladie de Lyme sont rares, mais il existe une maladie grave appelée cardite de Lyme dans laquelle la maladie se propage au tissu cardiaque, provoquant des palpitations cardiaques, des douleurs thoraciques et même un arrêt cardiaque.