



Abeille



Fourmi



Frelon



Guêpe



Mouche



Puce



Taon



Tique



Moustique

PRÉVENTION ET TRAITEMENT

Les insectes piqueurs

L'été et une période de prédilection pour les insectes, et en particulier les insectes piqueurs, petits prédateurs sournois qui peuvent gâcher une promenade, voire provoquer des réactions bien plus graves. Quelle protection choisir, quel traitement proposer ? Nous le savons, cela dépend à la fois de l'insecte et de sa victime...

Les coupables

Les insectes piqueurs possèdent des venins plus ou moins puissants depuis celui, inoffensif, des fourmis communes, à ceux des abeilles, guêpes, ou frelons,

et de certaines fourmis qui, fort heureusement, ne sévisent pas en Europe.

- Le **moustique** nous importune tout au long de l'été. La femelle pique pour se nourrir et provoque chez tout in-

dividu une sensation désagréable, puis une papule prurigineuse. En dehors de nos régions tempérées, la piqûre peut transmettre des maladies : paludisme, chikungunya, dengue...

Les hyménoptères en revanche ne piquent que pour se défendre. Leurs piqûres sont douloureuses et peuvent être responsables de réactions allergiques. Leurs venins sont thermolabiles : on

peut les inactiver en plaçant une source de chaleur pendant quelques minutes à un ou deux centimètres du point de piqûre

- L'aiguillon des **abeilles**, pourvu de lancettes sclérifiées, reste planté après la piqûre. Il ne faut pas presser la peau pour le faire sortir en raison d'un risque de diffusion du venin.

- Les **guêpes** de leur côté ne perdent pas leur dard après la piqûre. Les symptômes allergiques qui font suite aux piqûres de guêpes sont identiques à ceux que provoquent les abeilles.

- La piqûre du **frelon** est particulièrement douloureuse en raison du diamètre de son dard (qu'il ne perd pas) et de la composition de son venin.

- Les **fourmis** ne piquent pas, mais il leur arrive de mordre. Dans ce cas, elles déposent leur venin, soit en le projetant sur la blessure provoquée par la morsure, soit en l'instillant à l'aide de leurs mandibules. En France et en Europe, on trouve des fourmis communes inoffensives, et certaines qui mordent en instillant leur venin. La douleur occasionnée par la morsure peut durer quelques heures. Les fourmis les plus dangereuses se trouvent en Amérique centrale, au sud des États-Unis et en Australie.

- Certaines **mouches** ont une trompe à la fois aspirante et refoulante, ce qui se traduit par une injection de salive corrosive, puis l'aspiration de liquide. Il peut en résulter

À CONNAÎTRE

Indications et contre-indications

Seul le Repellent IR 35/35 est recommandé chez les femmes enceintes. Ce produit a été préféré à tout autre en raison de son meilleur profil en terme d'innocuité dans cette catégorie de population. La restriction d'âge pour le DEET (diéthyltoluamide) et l'Icaridine KBR 3023 dépend de leur concentration. Éviter le contact du DEET avec les plastiques, vernis, verres de montres et lunettes ; et attention, il diminue l'efficacité des crèmes solaires (environ 1/3). Le citridiol (Mosiguard) peut être utilisé dès l'âge de 30 mois sauf si antécédents de convulsions.

vive, un prurit et une réaction inflammatoire locale.

- Les **puces** piquent l'homme, bien qu'il ne soit pas leur proie de prédilection. Dans les habitats fermés infestés par les puces, on peut observer des piqûres multiples. La protection passe par le traitement et la prévention de l'in-

bourdons et autres arthropodes comme les araignées, les aoûtats et les tiques. Les gammes proposent généralement un large choix, à adapter en fonction de l'âge de la personne à protéger et de la zone visitée.

Pour un tout petit bout de chou de moins de 6 mois, on ne conseillera que la moustiquaire, sur laquelle on peut éventuellement pulvériser un spray répulsif : Mousticare spray vêtements, au géranol, efficace six semaines et utilisable sans restriction d'âge. **À partir de 6 mois**, on peut utiliser Mousticologue peaux sensibles enfants et bébés, au Repellent IR 35/35 20 %, insectifuge et apaisante, efficace six heures.

Moustifluid lotion protectrice jeunes enfants (IR 35/35 20 %) est à proposer **aux bébés à partir de 12 mois**, aux enfants et aux femmes enceintes (efficace six heures). À l'application, la lotion forme un film dermoprotecteur qui empêche la pénétration cutanée du répulsif. Ce biofilm s'enlève très facilement à l'eau.

Insect écran peau enfant spray (Icaridine 20 %) peut s'utiliser dès l'âge de **2 ans** (actif deux heures).

Si l'enfant a plus de 30 mois, on peut proposer Cinq sur cinq tropic enfant (IR 35/35 25 %), actif huit heures et garantissant en particulier une protection contre les moustiques vecteurs de paludisme,

« Contrairement à une idée reçue, il faut plusieurs centaines de piqûres de frelons pour tuer un adulte. »

Contrairement à une idée reçue, il faut compter au minimum plusieurs centaines de piqûres pour tuer un être humain adulte, sauf pour des individus allergiques qu'une seule piqûre peut mettre en danger.

- Dans des conditions normales, le **bourdon** pique rarement. Les symptômes sont les mêmes que pour des piqûres d'abeille ou de guêpe. L'allergénicité croisée entre les venins des abeilles et des bourdons est importante.

une douleur, puis une petite lyse localisée. En Europe, les mouches se contentent d'être gênantes mais, ailleurs dans le monde, elles transmettent de nombreuses affections : trypanosomiasis, onchocercoses, filarioses...

- Les **taons** se nourrissent du sang des animaux (chevaux, bovins, ovins). Ils piquent les humains qui passent à proximité lors de promenades, en particulier pendant les randonnées en montagne. La piqûre provoque une douleur

festation des animaux de compagnie.

- Les piqûres de **punaises** donnent lieu à une irritation locale avec démangeaisons.

Les armes de protection

En règle générale, les produits répulsifs sont actifs sur plusieurs sortes d'insectes piqueurs : moustiques (le plus fréquemment demandé) mais aussi guêpes, abeilles, taons, mouches, fourmis, frelons, puces,

QUELLE TROUSSE ?

La composition minimale d'une trousse pour les randonnées ou les voyages, en ce qui concerne les rencontres imprévues avec des bêtes piqueuses, devrait comporter :

- **des cigarettes** (même si on ne fume pas) et un briquet,
- **une pompe à venin**,
- **un désinfectant cutané** en spray, en dose (Chlorhexidine Cooper) ou en compresses (Pharmadose antiseptique),
- **un tube de crème apaisante**,
- **un antihistaminique oral**,
- **des petits pansements**,
- **un antidouleur** (paracétamol).

Chez les personnes à risque allergique, on ajoutera un corticoïde. Les allergiques « avérés » ne se sépareront jamais de leur stylo d'adrénaline (Anapen).

TIQUES ET AOÛTATS

Des acariens importuns

À l'occasion d'une piqûre, les tiques peuvent transmettre à l'homme la **maladie de Lyme** (érythème migrant, risques de complications neurologiques, cardiaques ou articulaires). Elles trouvent leurs victimes dans les bois et les espaces verts. **Le risque de contamination augmente avec la durée du contact**, il est donc préférable de bien s'inspecter dès le retour d'une balade en forêt (d'autant que la piqûre est le plus souvent indolore), y compris au niveau du cuir chevelu. Arracher la tique avec les doigts, une pince à épiler ou en utilisant de l'éther peut amener à casser sa tête dans la peau et provoquer l'apparition d'un kyste ou d'infections. Le crochet Tire-tic de Clément Thékan permet de retirer la tique en toute sécurité, rapidement et sans douleur. Après avoir ôté le parasite, bien désinfecter le site de piqûre avec un antiseptique type chlorhexidine et se laver les mains. Une surveillance est conseillée pendant une à trois semaines.

Présent dans les pelouses et gazons ombragés et humides, près d'une pièce d'eau, en particulier pendant la période estivale, **l'aouât enfonce ses pièces buccales dans la peau de l'homme et dégage un suc digestif capable de solubiliser les tissus**, avant d'aspirer le liquide nutritif produit. Ces piqûres alimentaires entraînent des envenimements locaux (petite papule boursoufflée, rougeâtre de 2 à 3 mm de diamètre, entourée d'une auréole plus claire de 1 mm) au bout de quelques heures et des démangeaisons très vives au bout de 20 à 30 heures, pouvant persister du 2^e au 7^e jour. Avant d'utiliser un produit apaisant, on peut conseiller un **bain bien chaud avec savonnage au savon doux**, qui a pour but de détruire les aouâtats. La lotion Ascabiol (benzoate de benzyle) peut être utilisée dans cette indication.



Éruption cutanée érythémateuse sur le site d'une morsure de tique.

© CDC / James Gathany

dengue ou chikungunya. Parazet zones tropicales (IR 35/35 20 %), sans alcool et hypoallergénique, est adapté aux peaux sensibles et soulage de plus les piqûres existantes (renouveler toutes les trois heures).

À partir de 3 ans :

- Urgo répulsif insectes zones tempérées (DEET 20 g/100 mL, déconseillé à la femme enceinte), actif sept heures ;
- Moustifluid lotion zones infestées (IR 35/35 25 %), protectrice, apaisante et anti-inflammatoire, active six heures ;
- Cinq sur cinq tropic lotion (IR 35/35 25 %), répulsive et apaisante, avec une protection renforcée de huit heures ;
- PuresSENTIEL spray anti-pique aux 11 huiles essentielles, répulsif, antiseptique et apaisant, à éviter chez la femme enceinte ou qui allaite, que l'on peut aussi vaporiser dans l'air ambiant en évitant tout contact avec les yeux ou les muqueuses ;
- Bugchaser, bracelet impré-

gné d'huiles essentielles odorantes et répulsives, efficace jusqu'à 15 jours.

Du côté des produits bio, Cattier propose Repel moustique bio, lotion répulsive à la citronnelle, géraniole et beurre de coco, agissant sur moustiques, taons et aouâtats. Certains produits sont réservés **aux adultes et aux enfants plus grands** : les bracelets Para'Kito à l'huile essentielle de lavande et aux couleurs sympas (jaune, fuschia, noir, camouflage), à partir de 7 ans, ou le spray Urgo répulsif insectes zones infestées (DEET 40 g/100 mL, contre-indiqué pour la femme enceinte), à partir de 12 ans, actif douze heures. C'est tout bête, mais on peut le rappeler : pour la protection du visage, vaporiser les formules spray sur les mains et appliquer ensuite en évitant le contour des yeux et des lèvres.

Les soins après la bataille

Après une piqûre d'hyménoptère :

1. identifier l'insecte piqueur (l'abeille laisse le dard dans la peau) ;
 2. placer une source de chaleur (cigarette incandescente) à 1 ou 2 cm du point de piqûre de façon à maintenir une température de 60 °C pendant quelques minutes ;
 3. enlever le dard à l'aide d'une pompe Aspivenin ou Venimex. Remarque : la pompe à venin peut aussi s'utiliser pour les moustiques, les scorpions, les plantes urticantes, les vives. En cas de piqûre aux doigts, penser à enlever les bagues avant l'apparition de l'œdème ;
 4. désinfecter et mettre une crème apaisante.
- Si des symptômes de gravité apparaissent (urticaire généralisée, difficultés respiratoires, fatigue, angoisse), appeler le Samu au 15, ou au 112 avec un portable. De manière plus générale, et quel que soit l'insecte incriminé, l'antiseptique est indispensable pour désinfecter piqûres et boutons, en

particulier chez les enfants. À privilégier, les formules à large spectre bactéricide et « qui ne piquent pas » : Diaseptyl (flacon simple ou pulvérisateur), Dermaspraid antiseptique (flacon simple ou pressurisé), Mercryl et Mercryl spray... Pour empêcher la démangeaison et le grattage, on proposera Eurax crème, Istamyl gel, Quotane crème, Onctose hydrocortisone pour une réaction inflammatoire plus marquée... En spray, Urgo antidémangeaisons piqûres d'insectes soulage immédiatement la douleur par son effet froid. Il forme un film protecteur et isolant qui résiste à l'eau et évite de se gratter. On peut l'utiliser même chez les bébés à partir d'un an. En cas de réaction marquée, on pourra associer un antihistaminique par voie orale : Apaisyl comprimé formule adulte ou formule enfant à partir de 6 ans, ou cétirizine.

Marie Enguix,
pharmacienne