



Notr'Canard

Bulletin d'information de la Confrérie St Hubert du Grand-Val



Nr 063, août 2012

Chers amis de la Confrérie St Hubert du Grand-Val,

Les sorties en forêt? C'est magnifique! On recharge ses batteries; on s'aère; on nettoie ses poumons; on remue sa vieille carcasse; et au retour, on a tous le sourire...

Mais! Il y a ces petites bestioles dénommées "tiques" qui donnent tout de même quelques petits soucis. Elles nous concernent tous. Pas de panique! Mais un homme averti en vaut deux. Alors avons-nous intégré à cette publication quelques mots concernant "Ixodes ricinus" (la tique la plus présente dans notre pays).

Mais pour garder le sourire, parlons aussi de viande de gibier ... ne vous en privez pas!

*Votre Président
René Kaenzig*

Aaaah ... les tiques !

par René Kaenzig (source: OFSP)



Les tiques sont présentes dans toute la Suisse jusqu'à environ 1'500m d'altitude, en particulier dans les endroits moyennement humides situés dans

les forêts de feuillus et mixtes, dans les sous-bois riches en herbes, arbustes et buissons. Les tiques sont actives dès que les températures sont supérieures à 10°C, en général depuis le printemps (mars) et peuvent persister jusqu'en automne (octobre).

Les tiques se positionnent sur les herbes et broussailles à une hauteur maximale de 1.5 mètre et attendent le passage d'un hôte pour s'y agripper. À l'aide de son *rostre* (la pointe de sa tête), elle va pénétrer profondément dans la peau et

s'y fixer solidement. En pénétrant dans la peau, la tique va libérer une substance anesthésiante qui va faire que nous ne ressentons absolument rien. Elle va ensuite absorber du sang pour assurer sa survie et sa descendance.



Les animaux ne sont pas les seuls concernés par ce petit arachnide, tous les groupes de personnes en lien avec la forêt peuvent potentiellement être piqués (promeneurs, forestiers, agriculteurs, chasseurs, militaires, sportifs, etc...).



Les tiques peuvent malheureusement véhiculer des virus ou des bactéries qui vont parfois provoquer des maladies infectieuses sérieuses. Les deux maladies qui concernent la Suisse sont la **borréliose** (également connue sous le nom de *maladie de Lyme* ou *borréliose de Lyme*) et l'**encéphalite à tiques** (également dénommée *méningite à tique*, *méningo-encéphalite verno-estivale* ou *FSME* pour *Frühsommer-Meningo-Enzephalitis*).

Confrérie St Hubert du Grand-Val

st-hubert-du-grand-val@bluewin.ch
<http://www.st-hubert-du-grand-val.org>
CH-2746 Crémines, Suisse





- **La Borréliose**

Sur l'ensemble du territoire de la Suisse, 5 à 30% des tiques (jusqu'à 50% dans certaines régions) sont infectées. On estime à 6'000 – 10'000 le nombre de personnes atteintes chaque année par la maladie de la *borréliose*. Celle-ci peut être traitée par antibiotiques.

→ **Symptômes:** le premier signe de la maladie prend fréquemment la forme d'une inflammation cutanée, une grande rougeur (diamètre d'environ 10 cm) à l'endroit de la piqûre. Des symptômes d'allure grippale peuvent se manifester. A ce premier stade, la maladie guérit en général spontanément en quelques jours ou semaines. Un traitement avec des antibiotiques est néanmoins indiqué. Chez certaines personnes, après quelques semaines ou mois, un second stade de la maladie se déclare (maux aux articulations, des problèmes du système nerveux). Ces lésions doivent être traitées à temps pour ne pas entraîner des séquelles chroniques. Il n'existe pas de vaccin pour se protéger de la *borréliose*.



- **L'Encéphalite à tiques**

On ne trouve des tiques porteuses du virus de l'*encéphalite à tiques* que dans certaines régions de notre pays (une information ainsi qu'une carte actualisée sont disponibles sur le site de l'[OFSP – Office fédéral de la santé publique](#)). Environ 170 personnes ont été infectées par le virus en 2011.

→ **Symptômes:** soit 4 à 14 jours après une piqûre, des symptômes d'allure grippale tels que maux de tête, fatigue ou douleurs articulaires, apparaissent chez certaines personnes. La maladie est surmontée par la plupart des patients. Une seconde phase touche le système nerveux chez 5 à 15% des personnes. Méningite ou encéphalite se manifeste par des symptômes tels que violents maux de tête, vertiges, troubles de la concentration, difficultés d'élocution ou de locomotion. Ces symptômes peuvent persister des semaines voire des mois. Des paralysies des bras, des jambes ou des nerfs du visage peuvent survenir et entraîner une invalidité. Il n'existe pas de traitement spécifique pour cette maladie. Une fois la maladie déclarée, seul les symptômes peuvent être atténués. Mais il existe un vaccin sûr et efficace permettant de se protéger en amont.





Se protéger contre les tiques

Prévention !

On peut se protéger contre les tiques en portant des **vêtements couvrant** la peau et qui ferment bien (pantalon long fermé avec élastique à la hauteur des souliers).

L'application de **produits répulsifs** contre les tiques peut offrir une protection efficace.

Après une randonnée, il est recommandé d'**examiner** soigneusement sa peau et ses vêtements pour repérer les éventuelles tiques. La **douche** est bien entendu recommandée.

Une **vaccination** est également envisageable (utile uniquement contre l'*encéphalite à tiques*).

Réagir en cas de piqûre

Action !

Enlever la tique le plus rapidement possible à l'aide d'une petite pince spéciale (un pharmacien ou médecin peut aider).

Désinfecter l'endroit de la piqûre et noter la date de la piqûre.

En présence de symptômes d'allure grippale ou de rougeur à l'endroit de la piqûre, la visite chez un **médecin** est fortement conseillée.

Bon appétit !

par René Kaenzig

La viande de gibier

Le gibier prélevé dans la région est consommé généralement par les chasseurs et leurs familles et amis. Quelques rares boucheries et restaurants ont le privilège d'afficher la provenance locale de leurs viandes de chasse. Aujourd'hui, des producteurs en font l'élevage et la filière des importations de l'étranger est bien rôdée. 80% de la

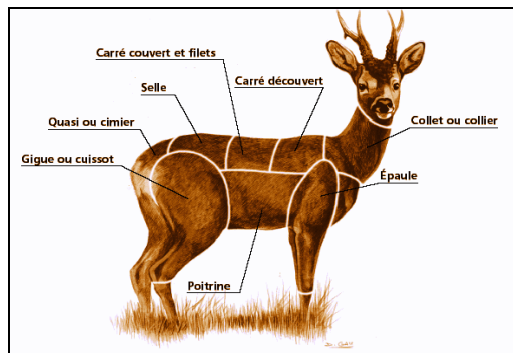


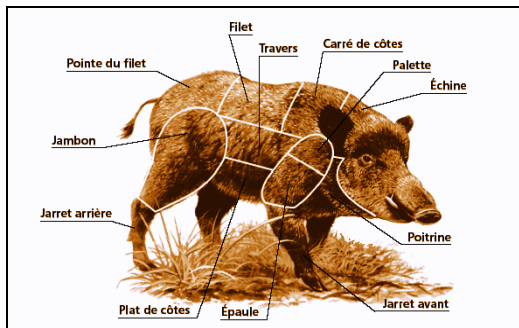
viande de chasse consommée en Suisse provient de l'étranger: principalement de Nouvelle-Zélande (25%, généralement du cerf d'élevage), d'Autriche (20%, généralement du chevreuil d'élevage) et d'Afrique du Sud (20%).



La viande de gibier, même si celle-ci ne vient pas de nos monts et forêts, est de plus en plus mise en évidence sur les étales des boucheries et des magasins de grandes surfaces. L'élevage permet souvent d'obtenir une viande plus tendre car leur alimentation est bien différente de celle du gibier sauvage. On y trouve même des propositions assez exotiques (wapiti, orignal, caribou, bison, etc...). La période propice à attirer le client va débuter ces prochaines semaines, ou l'est peut-être déjà.

D'une façon générale, la viande de gibier est pauvre en lipides et riche en protéines et en acides aminés essentiels. Il s'agit d'une viande rouge mais pauvre en calories et en matières grasses. Par exemple, la viande de chevreuil est la moins calorifique des gibiers et est particulièrement maigre. Pour ce qui est de la viande de cerf, celle-ci est vingt-cinq fois (!) moins grasse que la viande de bœuf et trois fois moins calorique. La viande de sanglier est cinq fois moins grasse que celle du porc et deux fois moins calorique.





En résumé, la viande de gibier est une véritable alliée pour notre ligne (c'est ce qui accompagne le menu qui va faire sauter tous les compteurs...).



Ne vous privez donc pas de viande de gibier ... et bon appétit!

Une "EXPO CERF" bientôt chez nous par René Kaenzig

Tôt ou tard, le cerf recolonisera notre région. Le sujet a été amplement présenté dans l'édition de *Notr'Canard* du mois d'octobre 2011. Dans la même édition j'exposais l'initiative franco-suisse INTERREG CERF dont le but principal est de suivre l'évolution (ou le redéploiement) des cerfs sur tout le massif jurassien ainsi que d'en mesurer l'impact. Mais il s'agit également de préparer la population à l'arrivée de ce nouvel habitant.

Pour mieux faire connaître le sujet, une exposition itinérante a été mise sur pieds. L'exposition se veut ludique, éducative et aussi très esthétique. Elle propose aux visiteurs un parcours chronologique de la vie du

cerf et est agrémentée de plusieurs supports multimédias. Cette exposition est un appel à l'écoute de la nature et au respect de l'environnement.

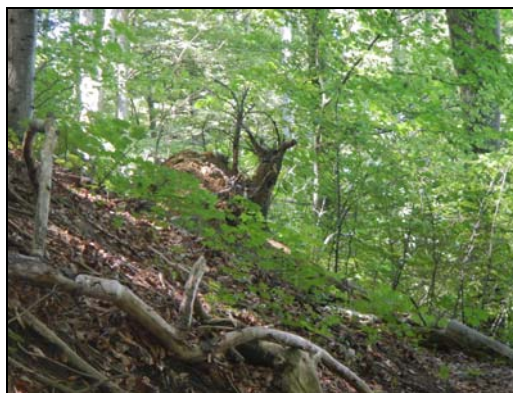


L'exposition débutera sa tournée dès cet été, en France, pendant six mois et est accompagnée par une remorque mobile qui ira à la rencontre des écoles. Le convoi passera la frontière pour tenter d'informer tout le côté suisse de la chaîne jurassienne. C'est avec impatience que nous attendons cette arrivée ... de l'exposition ... et du cerf bien entendu.

Un petit instant partagé

par René Kaenzig

À force de penser au cerf, il m'aura fallut y regarder à deux fois...



Prochain Stamm !
Pique-nique en famille

Mardi 28 août 2012
dès 19:00 heures