

Piqûres d'insectes : comment les soigner « dard-dard » ?

Les insectes adorent l'été et s'invitent souvent au moment de la sieste ou des repas pour nous piquer ! Si la majeure partie de leurs piqûres reste sans gravité, certaines peuvent entraîner des réactions sérieuses chez les sujets allergiques. Comment se protéger ?



Moustiques, guêpes, frelons, taons ou aoûtats... L'été, le bal des insectes est ouvert avec ses sempiternelles piqûres ! Les insectes piquent soit pour se nourrir, comme les moustiques, soit pour se défendre, comme les hyménoptères (guêpes, frelons, abeilles). La réaction est immédiate : ça pique, ça démange, ça gratte ! Pourquoi ? Parce que notre peau réagit au venin ou à la salive des insectes !

QUELS TRAITEMENTS ?

Dans la plupart des cas, les piqûres d'insectes restent bénignes : il suffit de les nettoyer à l'eau puis d'appliquer un antiseptique et une crème apaisante. Pour une piqûre de guêpe, veillez à retirer le dard à l'aide d'une pince à épiler. Surtout, ne pressez pas la plaie, au risque d'envoyer dans la peau encore plus de venin ! Une solution consiste à ramollir la peau dans un bain pour retirer le dard plus facilement. Ensuite, désinfectez la piqûre avec un gel à base de dexpanthénol. Pour apaiser l'inflammation, vous pouvez appliquer une compresse d'eau fraîche, puis utiliser une crème apaisante, qui contient des antihistaminiques. Méfiance également avec les tiques et les aoûtats qui peuplent les herbes folles ! En cas de piqûre par une tique, vous devez la retirer immédiatement à l'aide d'un tire-tique (en pharmacie) puis désinfecter la plaie. Attention à ne pas percer son ventre, car son sang peut transmettre la maladie de Lyme.

QUE FAIRE EN CAS D'ALLERGIE ?

Bien que très douloureuses, les piqûres d'hyménoptères guérissent spontanément au bout de quelques jours. Vous devez toutefois être vigilant en cas de piqûres multiples ou dans la bouche. De même, il faut réagir vite si la personne montre des signes allergiques : démangeaisons intenses, éruption généralisée, œdème, troubles respiratoires... Dans ces cas-là, contactez immédiatement les secours (le 15, en Europe le 112), car les conséquences peuvent être graves. Pour plus de sécurité, les personnes ayant déjà déclenché une allergie aux venins d'hyménoptères doivent toujours avoir à portée de main un kit d'adrénaline injectable. Il est possible de se faire désensibiliser en milieu hospitalier, avec un taux de réussite de plus de 90 %.

EN CAS DE VOYAGE A L'ÉTRANGER ?

Vous devez redoubler de prudence, surtout si vous voyagez dans une zone de paludisme (Afrique, Asie, Amérique latine), maladie infectieuse transmise par la piqûre des moustiques anophèles femelles. Si vous voyagez dans ces pays, votre médecin vous prescrira un traitement de prévention à base de quinine ou nivaquine. Sur place, n'oubliez pas de vous badigeonner de lotions répulsives et dormez sous une moustiquaire que vous aurez au préalable imprégnée d'insecticide ! Certains moustiques (*Aedes aegypti*) peuvent aussi être vecteurs de la dengue, infection virale qui se manifeste par une fièvre intense et des maux de tête sévères.

● **Nathalie Giraudeau**

Astuces et conseils Les trucs anti-piqûres

- Évitez de faire de grands gestes, les hyménoptères piquent en général pour se défendre !
- Portez des vêtements clairs, les couleurs foncées attirent les insectes. Attention également aux matières ! Les moustiques transpercent sans difficulté soie, voile de coton et autres mousselines...
- Pas d'eau de toilette l'été, leur odeur sucrée attire les insectes.
- Le soir, allumez des bougies à la citronnelle ou au basilic, plantes aux vertus répulsives.

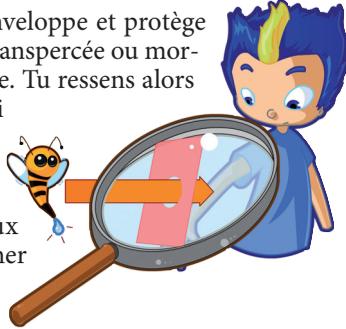


Les « Dis Pourquoi » d'Eliot ?!

sur les piqûres d'insectes

1) QU'EST-CE QUI SE PASSE QUAND ON SE FAIT PIQUER ?

Ta peau, qui enveloppe et protège ton corps, est transpercée ou mordue par l'insecte. Tu ressens alors une douleur qui est provoquée par sa salive ou son venin. Parfois, tu peux même déclencher une réaction allergique.



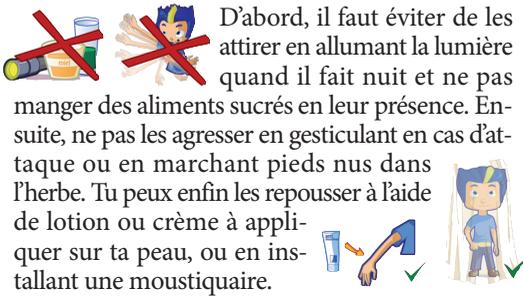
2) IL N'Y A QUE LES MOUSTIQUES ET LES GUÊPES QUI PIQUENT ?

Non, tu peux te faire piquer par de nombreux petits animaux comme l'araignée, le pou, l'acarien de la gale qui se cache sous la peau, ou encore la tique et l'aoutat qui se trouvent, eux, dans les hautes herbes.



3) QU'EST-CE QU'IL FAUT FAIRE POUR NE PAS SE FAIRE PIQUER PAR DES INSECTES ?

D'abord, il faut éviter de les attirer en allumant la lumière quand il fait nuit et ne pas manger des aliments sucrés en leur présence. Ensuite, ne pas les agresser en gesticulant en cas d'attaque ou en marchant pieds nus dans l'herbe. Tu peux enfin les repousser à l'aide de lotion ou crème à appliquer sur ta peau, ou en installant une moustiquaire.



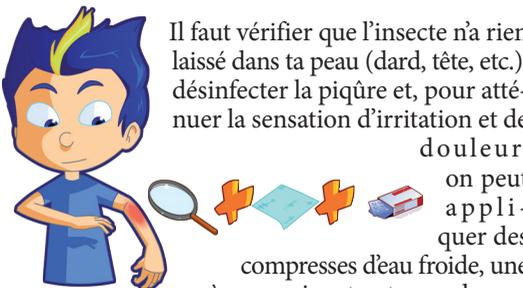
4) POURQUOI IL NE FAUT PAS SE GRATTER APRÈS UNE PIQÛRE ?

Plus tu grattes, plus tu auras envie de gratter ! Et puis, le grattage va abîmer ta peau à l'endroit de la piqûre avec le risque de s'infecter à cause des microbes et d'avoir une cicatrice.



5) QU'EST-CE QU'IL FAUT FAIRE EN CAS DE PIQÛRE ?

Il faut vérifier que l'insecte n'a rien laissé dans ta peau (dard, tête, etc.), désinfecter la piqûre et, pour atténuer la sensation d'irritation et de douleur, on peut appliquer des compresses d'eau froide, une crème apaisante et prendre un antidouleur.



6) EST-CE QUE ÇA PEUT ÊTRE GRAVE ?

En France, il y a peu de risque. En revanche, dans de nombreux pays dans le monde, une piqûre peut te donner des maladies graves comme le paludisme en Afrique, en Amérique latine et en Asie. Par contre, si tu es allergique au venin de l'insecte ou si tu te fais piquer dans la bouche, cela peut devenir très grave, et il faut appeler d'urgence un médecin et aller à l'hôpital.

