

Je me suis fait piquer par une méduse, que dois-je faire ?

Le site du Docteur Jean-Yves Péant

Adresse du site : www.docvadis.fr/jean-yves-peant



Validé par
le Comité Scientifique Médecine des voyages

Au bord de la mer, les piqûres de méduse ne sont pas rares. En métropole, le plus souvent, elles ne sont pas graves. Toutefois dans les mers plus chaudes ou en cas de forte envenimation elles peuvent être responsables de malaises et nécessiter de consulter rapidement un médecin. Voici ce que vous devez faire et ne pas faire en cas de piqûre.

Par quel moyen une méduse peut-elle me piquer ?

Les méduses, dont il existe plus de 1500 espèces, appartiennent aux planctoniques. D'aspect gélatineux et transparent, les méduses n'ont ni squelette, ni poumon, ni de sang, ni même véritablement de cerveau. Elles se composent d'une calotte, appelée « ombrelle » et de tentacules garnies de mini-ventouses comportant des cellules (les nématocystes), qui au contact d'un corps (par exemple votre peau) déchargent leur venin.

Que vais-je ressentir si une méduse me pique ?

Au moment de la piqûre vous allez ressentir une douleur vive, comme une décharge électrique ou une brûlure. Pendant 30 à 40 minutes, vous aurez de plus en plus mal. Vous pouvez même ressentir des fourmillements (paresthésies) dans la région de la piqûre. En une dizaine de minutes, la peau

rougit, puis peut apparaître une éruption rouge-marron ou violacée comme si vous aviez reçu un coup de fouet ou de multiples petites piqûres. L'étendue de ces marques donne une indication de la surface de la peau concernée. Il n'est pas impossible, mais peu fréquent, que vous fassiez un malaise vagal à la suite de la piqûre, se traduisant par la sensation que vous allez perdre connaissance

Est-ce que je peux avoir d'autres signes, ailleurs que sur ma peau ?

La plupart du temps les effets des piqûres de méduse contractées sur les côtes françaises se limitent à la peau. En cas de forte envenimation et/ou si vous êtes allergique vous pouvez ressentir un malaise, des maux de tête, le cœur qui s'emballa ou des vertiges. Consultez les maîtres nageurs sur place ou un médecin.

Dans les mers plus chaudes, comme aux Antilles (due à la méduse *Alatina alata* notamment), au sud des États Unis ou en Australie, des espèces de méduses sont plus dangereuses. De 30 minutes à 4 heures après la piqûre, peuvent apparaître des maux de tête, des vertiges, des vomissements, des spasmes musculaires, des convulsions, parfois même une syncope, ainsi que des troubles cardiaques et respiratoires (Syndrome d'Irukandji). Si de tels symptômes apparaissent, il faut appeler les secours et vous rendre immédiatement aux urgences de l'hôpital le plus proche.

Une étude guadeloupéenne a montré que la grande majorité des syndromes d'Irukandji survenait entre juin et septembre du 22ème au le 26ème jour de lune.

Quand vous arrivez sur votre lieu de villégiature, renseignez-vous sur les jours où le risque est le plus élevé.

Que dois-je faire si je me fais piquer par une méduse ?

- En premier lieu, restez calme, ne paniquez pas et surtout ne frottez pas l'endroit des piqûres. En effet, très peu de nématocystes délivrent d'emblée leur venin et des tentacules transparents restent accrochés à la peau. Si vous frottez elles libéreront leur toxine.
- Retirez délicatement à la pince à épiler (après avoir mis des gants

pour protéger vos mains) les tentacules visibles.

- Puis appliquez du sable (l'idéal de la mousse à raser) pour piéger les débris de méduses invisibles que vous retirerez en raclant doucement le sable ou la mousse avec un carton rigide.
- Rincez ensuite abondamment pendant plusieurs minutes la plaie à l'eau de mer (ou à l'eau salée), l'eau douce ferait éclater les quelques nématocystes restants.
- Le venin est sensible à la chaleur, vous pouvez donc utiliser de l'eau chaude salée ou approcher une source de chaleur (sans vous brûler !).Le vinaigre peut être utilisé pour certaines espèces et pas pour d'autres. Renseignez-vous auprès des locaux pour savoir s'il est indiqué.
- Appliquez ensuite du froid en protégeant la peau avec du tissu entre la peau et les glaçons, peut calmer les sensations désagréables (brûlure, douleur).
- Lorsque la plaie a été bien nettoyée, vous pouvez appliquer un antiseptique.
- Si la douleur persiste ou si vous avez des symptômes généraux consultez un médecin.
- Si vous n'êtes pas à jour de votre vaccination antitétanique, faites-vous vacciner.
- Enfin si vous vous faites piquer dans un région tropicale, le risque de symptômes généraux est plus important, mieux vaut consulter un médecin et vous faire surveiller.

Un ami, me conseille de faire saigner la plaie, dois-je l'écouter ?

Tenez-vous en aux conseils donnés ci-dessus. De nombreuses idées fausses

circulent au sujet des piqûres de méduses ; elles sont souvent inutiles et parfois dangereuses. Il ne faut surtout pas sucer la plaie et aspirer le venin avec la bouche, ni faire saigner la plaie. Il ne faut pas non plus uriner sur la plaie qui risquerait de s'infecter.

Est-ce que je risque d'avoir une cicatrice ?

Le plus souvent les lésions disparaissent en 3 à 10 jours sans laisser de traces. Mais parfois une cicatrice pigmentée ou épaissie (chéloïde) peut apparaître et persister plusieurs mois ou années ; cela arrive quand le contact avec la méduse a été long ou que l'envenimement a été sévère.

Pour connaître les espèces aquatiques potentiellement venimeuses dans une région, surtout lointaine, prévoyez une consultation de voyage avant de partir et renseignez-vous auprès des autochtones sur place (par exemple le pharmacien). Apprenez à les reconnaître et évitez de les toucher ou de les approcher. Respectez les consignes de baignade. Portez des chaussures ou des bottes adaptées pour marcher dans le sable ou sur les fonds marins et des gants pour explorer les fonds marins ou manipuler les coquillages, les poissons, les pieuvres que vous récoltez ou pêchez.