

# Bobos, microbes...



## et cie!



Bulletin de santé publique  
Région des Laurentides

En collaboration avec  
brunet+

Vol.7 N°3  
juin 2002

## L'herbe à la puce, une plante à éviter!

*Madeleine Tremblay, infirmière-conseil*

L'herbe à la puce est une plante vivace qui, lorsqu'on y touche ou que l'on s'y frotte, provoque une réaction allergique chez la majorité des individus. Surnommée l'«intouchable», cette plante cause des démangeaisons importantes accompagnées de rougeurs et de vésicules (cloques).

L'herbe à la puce, appelée aussi sumac Lénéneux, est une plante qui est répandue dans toutes les provinces canadiennes à l'exception de Terre-neuve. Cette plante pousse sous forme d'arbuste, de plante grimpante ou de petite plante. Elle croît aussi bien sur le bord des chemins, dans les fossés, le long des clôtures qu'en forêt. Les endroits secs, rocailleux et bien éclairés lui sont particulièrement favorables.

**Savoir la reconnaître : un atout pour les parents !**

L'herbe à la puce est une jolie plante au feuillage lustré. Chaque feuille compte trois folioles (petites feuilles). Sa foliole centrale possède un pétiole (petite tige) plus long que celui des deux feuilles latérales ce qui permet de reconnaître cette plante. Le bord des feuilles peut être lisse ou dentelé. La couleur des feuilles varie avec les saisons : elles sont rougeâtres au printemps, deviennent graduellement vertes en été et prennent des teintes de jaune, d'orangé ou de rouge à l'automne.

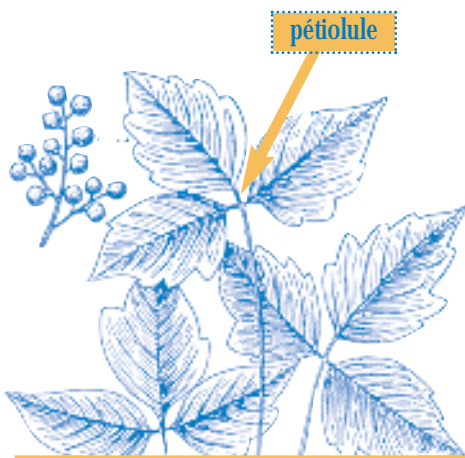
Durant les mois de juin et de juillet, l'herbe à la puce produit des bouquets de petites fleurs de couleur crème à jaune-vert. Ses fruits blanchâtres, de la grosseur d'un pois sec, se présentent en grappes en septembre.

**Comment s'attrape l'herbe à la puce ?**

Toutes les parties de la plante y compris les racines, contiennent dans leur sève une substance allergène, le toxicodendrol, parfois appelé urushiol. Pour attraper l'herbe à la puce, la peau de l'individu doit avoir été en contact avec la sève. On peut aussi l'attraper en touchant un vêtement ou un outil qui a été en contact avec la plante. De plus, un animal qui a touché la plante peut transporter la sève sur ses poils.

Ce n'est pas seulement l'été que nous pouvons attraper l'herbe à la puce, mais en toute saison.

(suite page 2)

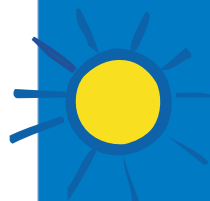


**Si vous avez des doutes sur l'identité d'une plante, n'y touchez pas.**

**Une visite au jardin des plantes vénéneuses du Jardin botanique de Montréal, une excellente façon de bien identifier la plante pour mieux la reconnaître en pleine nature !**

**Le conseil de votre pharmacien**

brunet+



Choisissez un écran solaire ayant un indice de protection (IP) de 15 ou plus. Appliquez-le 15 à 30 minutes avant de sortir. Répétez l'application après la baignade ou toutes les 2 heures.

(suite de la page 1)

## Quels sont les effets d'un contact avec l'herbe à la puce ?

Chez la plupart des gens, les symptômes apparaissent 24 à 48 heures après un contact avec la sève de la plante. Habituellement, l'éruption se manifeste par des plaques rouges accompagnées de démangeaisons qui seront suivies de l'apparition de vésicules (cloques). Dans la plupart des cas les symptômes disparaissent en une à deux semaines.

Les lésions causées par l'herbe à la puce sont généralement superficielles et sans conséquences graves. Elles ne se propagent pas par l'écoulement du liquide des vésicules. Ainsi, toucher aux vésicules d'une autre personne ne déclenche pas l'allergie.

## Après un contact, quels sont les premiers soins à appliquer ?

Il faut laver rapidement à l'eau, si possible dans un délai de 5 minutes, toutes les parties du corps ayant été en contact avec la plante. On doit porter une attention particulière au dessous des ongles pour enlever les débris accumulés. L'eau froide dilue la sève et referme les pores de la peau ce qui empêche la substance toxique de pénétrer et déclencher la réaction allergique. Il est préférable de ne pas utiliser de savon car il enlève les huiles naturelles de la peau. Une fois la région touchée bien nettoyée, on peut prendre une douche.

## Comment soulager les symptômes ?

L'application, plusieurs fois par jour, de compresses froides pendant 15 à 30 minutes peut être efficace pour soulager les démangeaisons. Des bains tièdes auxquels on ajoute 1 tasse de bicarbonate de soude (la p'tite vache) ou l'application de lotion calamine procurent également un soulagement. D'autres produits peuvent être efficaces, informez-vous auprès de votre pharmacien.

## Comment laver les vêtements et les outils ?

La sève de cette plante conserve ses propriétés allergènes très longtemps. Elle peut rester sur les vêtements, les chaussures et les outils pendant des mois.

Les vêtements doivent être lavés plusieurs fois, séparément, à l'eau chaude savonneuse. Les chaussures, les outils et tout autre objet qui ont pu être en contact avec la sève de la plante doivent être soigneusement nettoyés; il en va de même pour votre animal préféré. Pour effectuer cette corvée, le port de gants est requis.

## Comment se débarrasser des plants d'herbe à la puce ?

Il s'agit d'arracher le plant et ses racines. Il faut répéter l'opération s'il y a des repousses. Pour ceux qui préfèrent utiliser des herbicides, on recommande d'attendre en juillet et en août lorsque la plante a complété sa croissance. Les

plants morts peuvent aussi causer une réaction allergique. Ils doivent donc être placés dans un sac à ordures bien fermé ou enfouis profondément dans le sol. Il ne faut pas en faire du compost et surtout ne pas les brûler car de fines gouttelettes de sève s'attachent aux particules de fumée et peuvent se déposer sur la peau ou être inhalées.



## Attention!

**Il ne faut pas confondre l'herbe à la puce et l'herbe à poux.**

**L'herbe à poux est cette herbe qui entraîne chez certaines personnes le rhume des foins.**

**On peut, sans danger, toucher l'herbe à poux pour l'arracher.**

## Bobos, microbes... et cie !

Responsable de la publication  
Madeleine Tremblay, infirmière-conseil

Lecture  
Denise Décarie, médecin-conseil  
Pierre Robillard, médecin, coordonnateur de l'équipe des maladies infectieuses  
Gilles Chaput, service des communications

Publication  
Direction de la santé publique des Laurentides  
1000 rue Labelle, Saint-Jérôme J7Z 5N6  
ISSN 1203-388X

Ce bulletin est aussi disponible à l'adresse suivante :  
[www.rssss15.gouv.qc.ca](http://www.rssss15.gouv.qc.ca)

Information et urgence:  
Tél.: (450) 436-8622  
Télec.: (450) 436-1761



DIRECTION DE LA SANTÉ PUBLIQUE

Nous tenons à remercier Brunet pour leur appui financier à la production de ce bulletin.

## Le tonnerre : ce que parents et enfants devraient savoir...

- ⚡ Dans une clairière ou un champ, il est conseillé de se coucher sur le sol ou dans un fossé.
- ⚡ Sur l'eau, il faut regagner la rive et se réfugier dans un abri ou une voiture. Si vous ne pouvez regagner la rive rapidement, couchez-vous dans le fond de l'embarcation.
- ⚡ On ne doit jamais se réfugier sous un arbre pendant un orage!



*Brigitte Durand, conseillère en prévention des traumatismes*

**brunet**  
Chacun y trouve de bons conseils

**Blainville**  
9, boul. Seigneurie Est  
Blainville (Québec)  
Tél. : 450 434-4333

**Lachute**  
552, rue Principale  
Lachute (Québec)  
Tél. : 450 562-5271

**Lafontaine**  
1950, boul. Labelle  
Lafontaine (Québec)  
Tél. : 450)432-9771

**Sainte-Adèle**  
1208, rue Valiquette  
Sainte-Adèle (Québec)  
Tél. : 450 229-6608-9

**Saint-Antoine**  
500, boul. Des Laurentides  
Saint-Antoine (Québec)  
Tél. : 450436-4662

**Saint-Jérôme**  
450, Mgr Dubois  
Saint-Jérôme (Québec)  
Tél. : 450)432-4383

**Saint-Augustin de Mirabel**  
15637 rue St-Augustin  
Saint-Augustin de Mirabel  
(Québec)  
Tél. : 450 475-7650

# Bobos, microbes...



...and Co!

Public Health Bulletin  
Laurentians Region

In collaboration with  
brunet+

Vol.7 N°3  
June 2002

## Poison Ivy : Avoid this plant !

by Madeleine Tremblay, nursing advisor

Poison ivy is a perennial plant that produces an allergic reaction in most people who touch or rub against it. The plant is called 'the untouchable' because it causes severe itching, redness and blisters.

Poison ivy, also called poison sumac, is widespread in all Canadian provinces except Newfoundland. The plant grows as a small or intermediate shrub or a climbing plant. It can be found along roads and in ditches as well as in the woods, but grows particularly well in dry rocky open places.



It is an advantage for parents to be able to recognize this plant

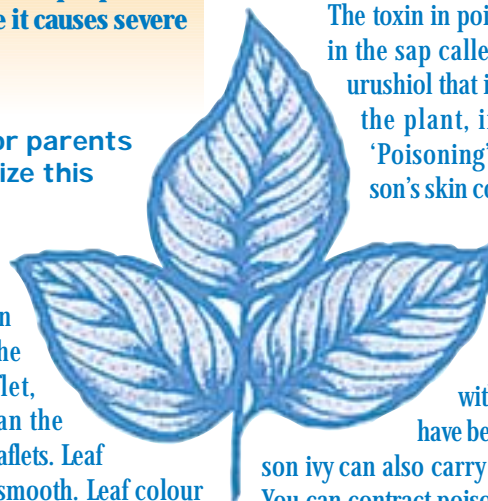
Poison ivy is an attractive plant with glossy leaves. A key identification feature of poison ivy is the stalk of the central leaflet, which is a lot longer than the stalks of the two lateral leaflets. Leaf edges can be toothed or smooth. Leaf colour varies with the season: in spring, leaves are red, gradually turning green in summer. In autumn, they become various shades of yellow, orange or red.

In June and July, poison ivy develops clusters of cream or greenish-yellow flowers. The clusters of whitish fruit, the size of dried peas, appear in September.

How do you get a rash from poison ivy ?

The toxin in poison ivy is a substance in the sap called toxicodendron, or urushiol that is found in all parts of the plant, including the roots. 'Poisoning' occurs when a person's skin comes into contact with

the sap. You can also develop poison ivy rash by touching clothing or tools that have been in contact with the sap. Animals that have been in contact with poison ivy can also carry the sap on their hair. You can contract poison ivy not only in summer, but in any season.



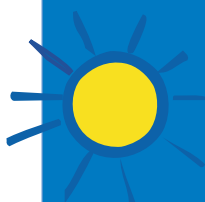
(continued page 2)

If you cannot identify a plant do not touch it !

An excellent way to learn to identify plants in the wild is to visit the noxious weed garden at the Montreal Botanical Gardens.

Advice from the  
pharmacist

brunet+



Choose a sun screen has a sun protection factor (SPF) of 15 or higher.

Apply the product 15 to 30 minutes before going outside.

Reapply after swimming or every 2 hours.

(continued from page 1)

### What are the effects of contact with poison ivy ?

Most people develop symptoms 24-48 hours after contact. The eruption usually manifests as itching and red spots, followed by blisters. Most cases of poison ivy last for one-two weeks. Poison ivy sores are usually superficial and have no serious effects. The sores cannot be spread by touching liquid from the blisters. Therefore you cannot catch poison ivy by touching another person's blisters.

### What action should be taken immediately after contact with poison ivy?

Within 5 minutes, or as quickly as possible, use water to wash all parts of your body that have come into contact with the plant. Be especially careful to wash under your fingernails to remove any debris. Cold water dilutes the sap and closes the pores of the skin to prevent the toxin from penetrating and causing an allergic reaction. It is best to avoid soap, because soap removes the skin's natural protective oils. Once the area that has been in contact with the plant has been carefully washed, you can take a shower.

### How to relieve the symptoms ?

Frequent application of cold compresses can be an effective way to relieve itching. Calamine

lotion and warm baths with a cup of sodium bicarbonate added to the water may also provide relief. Ask your pharmacist about other products that may also help.

### How to wash clothing and tools

The allergen in poison ivy sap stays active for a very long time, and the sap can remain on clothes, shoes and tools. Contaminated clothing must be washed many times separately in hot soapy water. Shoes, tools and other objects that have come into contact with poison ivy sap must be carefully cleaned. The same is true for your pets. You must wear gloves for these jobs.

### How to eradicate poison ivy plants

The plants and roots must be pulled out. If the plants re-sprout, they must be pulled out again. If you prefer to use herbicides, it is best to wait until July or August when plant growth is complete. Dead plants can also cause a skin reaction. Place them in a well sealed garbage bag or bury them deeply in the ground. Do not try composting the plants, and above all, never burn poison ivy plants. Particles of sap vaporize with the smoke and can land on your skin or be inhaled into your lungs.



## Attention!

**Do not confuse ragweed (herbe à poux) with poison ivy (herbe à la puce).**

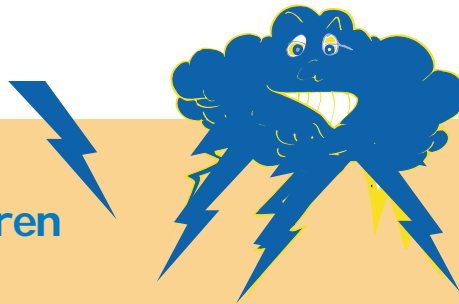
**Ragweed is a plant that causes hay fever in certain individuals.**

**There is no danger in touching ragweed when pulling it out.**



## Lightning : what parents and children should know . . .

- ⚡ In clearings and fields it is best to lie flat on the ground or in a depression or ditch.
- ⚡ If you are on the water, get to shore and take cover in a shelter or a vehicle. If you cannot get to shore quickly, lie flat in the bottom of the boat.
- ⚡ Never take shelter under a tree during a storm!



*Brigitte Durand, Trauma prevention planning agent*

## Bobos, microbes... et Co!

### Director of publishing

Madeline Tremblay, nurse advisor

### Readers

Denise Décarie, medical advisor

Pierre Robillard, coordinator, infectious diseases team

Gilles Chaput, communications

### Publishing

Laurentians Public Health Department

1000, Labelle street, Saint-Jérôme J7Z 5N6

ISSN 1203-388X

This bulletin is also available at the following address: [www.rsss.15.gouv.qc.ca](http://www.rsss.15.gouv.qc.ca)

### Information and emergencies :

Tel.: (450) 436-8622

Fax: (450) 436-1761



RÉGIE RÉGIONALE  
DE LA SANTÉ ET DES  
SERVICES SOCIAUX  
DES LAURENTIDES

DIRECTION DE LA SANTÉ PUBLIQUE

**Blainville**  
9, boul. Seigneurie Est  
Blainville (Québec)  
Tél. : 450 434-4333

**Lachute**  
552, rue Principale  
Lachute (Québec)  
Tél. : 450 562-5271

**Lafontaine**  
1950, boul. Labelle  
Lafontaine (Québec)  
Tél. : 450)432-9771

**Sainte-Adèle**  
1208, rue Valiquette  
Sainte-Adèle (Québec)  
Tél. : 450 229-6608-9

**Saint-Antoine**  
500, boul. Des Laurentides  
Saint-Antoine (Québec)  
Tél. : 450436-4662

**Saint-Jérôme**  
450, Mgr Dubois  
Saint-Jérôme (Québec)  
Tél. : 450)432-4383

**Saint-Augustin de Mirabel**  
15637 rue St-Augustin  
Saint-Augustin de Mirabel  
(Québec)  
Tél. : 450 475-7650