

les Vosges

faune et flore



*mille secrets
mille plaisirs
mille précautions*

un livre électronique gratuit offert par www.vosges-rando.net

**Vous connaissez bien les Vosges
et leurs mille secrets... revenez-y !**

**Vous découvrez les Vosges
et leurs mille plaisirs... bienvenue !**

**Les Vosges sont un trésor fragile à manipuler avec...
mille précautions.**

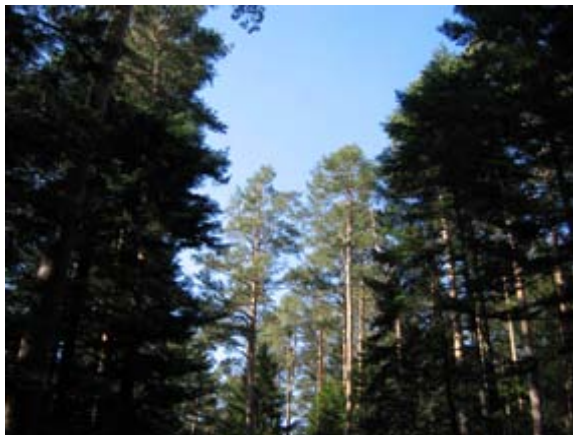
Ce livre électronique vous présente ces conseils de prudence, tant pour votre sécurité que pour la sauvegarde du massif vosgien, pour profiter au mieux du plaisir de la (re)découverte !



Ce livre est gratuit et ne demande qu'à être téléchargé pour votre information, reproduit, multiplié, offert... à condition de le conserver sans modification et dans son intégralité... Vous trouverez bien d'autres informations sur notre site
www.vosges-rando.net

(sommaire p. 4)

Mille secrets, Mille plaisirs,

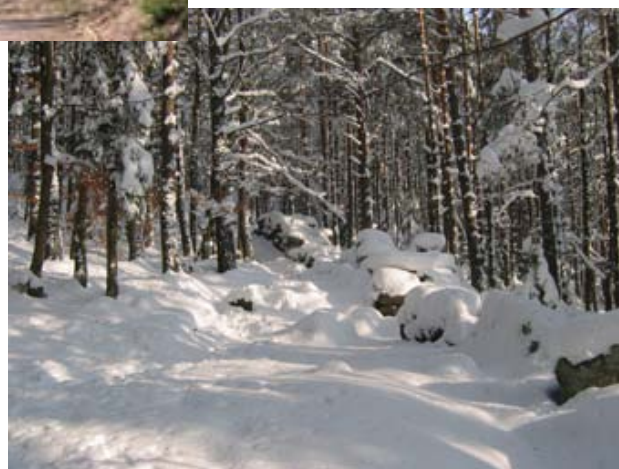


Châteaux en ruine, rochers, lacs, cascades et rivières, chanson du vent, murmure des ruisseaux ou pépiement des oiseaux, silence ou palpitation de la forêt, paysages infinis, des siècles d'histoire ou la magie de la légende...

Mais pour pénétrer ces mille secrets et découvrir ces mille plaisirs,

Mille précautions...

Vous entrez dans un monde enchanté, marchez sur la pointe des pieds...



Sommaire

- 4 Charte du Club Vosgien
Peut-on bivouaquer ?
- 5 La faune
- 6 La rage, un danger toujours actuel
- 7 Les serpents
- 8 Les tiques et la maladie de Lyme
- 9 La M.E.T.
- 10 La flore
- 11 Echinococcose et autres intoxications
- 12 Les baies dangereuses

Mille précautions...

pour votre sécurité et le respect de l'environnement



Charte du randonneur du Club Vosgien

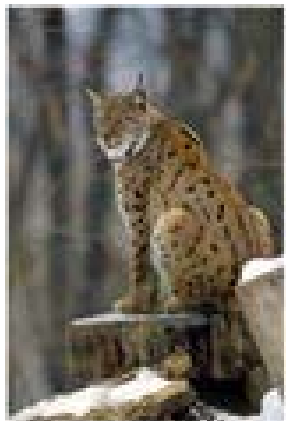
- Equipe-toi de bonnes chaussures.
- N'oublie pas vêtements chauds et de pluie.
- Emporte boissons et vivres pour la route.
- Aie cartes et guides du Club Vosgien, boussole, sifflet.
- Pars tôt et pas trop vite.
- De préférence, ne pars jamais seul en montagne.
- Suis les sentiers jalonnés par le C.V., n'emprunte pas de raccourcis.
- En cas de doute, n'hésite pas à revenir sur tes pas.
- Ne piétine pas les sous bois, les chaumes, les prés.
- Ecoute la nature, ne trouble pas son silence.
- Admire les fleurs et les plantes sauvages, ne les cueille pas.
- Observe les animaux, mais ne les dérange pas.
- Ne fume pas en forêt, n'y allume pas le feu.
- Salue le randonneur que tu croises ou dépasses.
- Découvre le passé : sanctuaires, châteaux, petits monuments.
- Remporte tes déchets, la nature n'est pas une poubelle.
- La liberté s'arrête là où commence celle des autres.
- Un jour de sentier = huit jours de santé.**

Peut-on bivouaquer dans les Vosges ?

Oui, le bivouac est toléré dans les Vosges, y compris dans les parcs naturels, à quelques conditions (qui rejoignent celles de la charte). Mais le nombre de refuges est tel que le bivouac est rarement une nécessité :

- > **feux** de petite taille, circonscrits par des pierres, si possible loin des arbres, surveillés, et complètement éteints au départ
- > ne pas laisser de **déchets** ou autres traces de passage ; ne pas détériorer la flore (par exemple mise en place d'une grande tente n'importe comment) et respecter la faune
- > pas plus d'une nuit à un endroit, avec ou sans tente
- > ne pas être trop nombreux à un endroit donné (pas de maximum réglementaire ; on admet généralement un maximum de 4)
- > ne pas gêner la circulation (sentiers)

Faune



> **Les animaux que nous pouvons rencontrer ou observer** au cours de nos promenades vosgiennes sont habituellement débonnaires, sauf s'ils sont blessés ou malades, ou s'ils ont une progéniture ou un domaine à défendre. Ils essaient habituellement d'éviter l'homme et les rencontres sont rares.

> **Si on en rencontre**, il faut être prudent, car un animal surpris peut être agressif et il ne réagit pas comme les hommes : il vaut mieux, sans le perdre du regard, ne pas le regarder dans les yeux en espérant l'impressionner et ne pas lui sourire (en lui montrant les dents...), deux attitudes qu'il peut prendre pour un défi. De telles rencontres sont rares mais pas toujours rassurantes, d'autant plus que les animaux qu'on peut ainsi croiser (cerfs, biches, sangliers, chevreuils,...) sont de grande taille, plutôt lourds et bien armés...

> **Au printemps, il faut absolument rester dans les sentiers.** Les biches dissimulent leurs faons dans les broussailles ; si on s'en approche, même involontairement, notre odeur s'ajoutera à la sienne, sa mère ne le reconnaîtra plus et ne le nourrira plus : nous le condamnons donc à mort.

> **Le chamois a été réintroduit avec succès dans les Hautes Vosges** dont le milieu subalpin leur convient bien. Mais ils restent des animaux très sauvages, qui fuient l'homme ; ils se réfugient dans les pentes rocheuses et il ne faut pas chercher à approcher leurs "niches".

> **Le lynx** a fait aussi l'objet d'une tentative de réintroduction, plutôt réussie pour ce qui est de l'animal, mais qui a fait l'objet de sabotages de la part de chasseurs particulièrement mal inspirés. Ce prédateur extrêmement discret joue un rôle de régulation précieux dans la faune sauvage. Il ne présente aucun danger pour l'homme et il y a très peu de risques (ou de chances ?), à moins d'un affût patient et tenace, d'en observer un au cours d'une rando.

> **Les petits animaux (renards,...)** pourtant très nombreux, sont eux aussi très discrets et difficiles à observer.

> **Il est toujours recommandé de tenir les chiens en laisse**, d'une part pour qu'il ne leur prenne pas l'envie de mordre un promeneur pour jouer (ça m'est arrivé), d'autre part parce que, si elle a fortement régressé, la **rage** n'a pas été éradiquée de nos régions. En batifolant partout, un chien risque de rencontrer un animal malade, rendu agressif par sa maladie, ou une charogne encore contagieuse.

Oui, la rage tue encore !

Pas dans les Vosges, certes, mais un enfant de trois ans atteint de la forme humaine de la rage est mort le 24 octobre 2003 à Lyon après avoir très probablement contracté la maladie au Gabon à la suite d'un simple léchage par un chien errant. La maladie n'a pas été pressentie, l'enfant en est mort. Pas de psychose :

on ne risque pas la contamination à tous les coins de sentier. Mais la maladie existe encore, elle est redoutable et impose la prudence.

La rage reste une maladie très répandue dans le monde (50 000 décès annuels). L'Institut Pasteur rappelle que le virus de la rage est présent dans la salive de l'animal en fin de maladie ; elle n'est pas contagieuse d'homme à homme.

Aucun cas de rage humaine contractée en France n'a été rapporté depuis 1924, mais des cas de rage contractées hors du territoire français et diagnostiqués dans l'Hexagone ont en revanche été recensés: depuis 1977, 19 cas humains sont survenus et le nombre de voyageurs traités contre la rage après avoir été mordus dans une région du monde où la rage est endémique a plus que doublé en 20 ans. La maladie est considérée comme éradiquée en France depuis les années 70 et les animaux ne sont même plus vaccinés. C'est peut-être une erreur.

La preuve ? Septembre 2004 : un inconscient rapporte en fraude un chiot en provenance du Maroc. L'animal est enragé, il contamine plusieurs autres chiens et potentiellement des personnes, dont on ne parvient pas à retrouver la trace, avant de mourir. Dans un premier temps, la chasse s'ouvre sans chien dans trois départements et une vraie psychose s'installe. La rage est toujours aussi redoutable, et l'homme toujours aussi inconscient !



La rage : toujours aussi grave.

Maladie infectieuse commune à l'homme et à toutes les espèces animales à sang chaud, principalement les mammifères, elle est due à un virus transmis généralement par la morsure d'animaux présentant ou non les symptômes de l'infection rabique, abritant le virus dans leur salive.

L'incubation, totalement silencieuse, dure de quelques semaines à quelques mois.

La rage déclarée chez l'homme débute par des douleurs et du prurit au niveau de la cicatrice de la morsure. Bientôt le malade présente des modifications du caractère et de l'affectivité. Brutalement éclatent des crises d'agitation avec contractures et spasmes provoqués par les plus légères excitations sensorielles. Ces spasmes bloquent notamment l'oropharynx, d'où l'impossibilité de déglutir, en particulier les liquides. Inquiet, redoutant la répétition de ces crises, le malade refuse de boire. Dans tous les cas, la rage déclarée chez l'homme est toujours mortelle.

L'information du public doit recommander :

- * d'éviter dans les zones infectées tout contact avec des animaux domestiques de comportement suspect ou avec tout animal sauvage ;
 - * de ne pas importer dans une zone indemne un animal en provenance d'une zone ou d'un pays infectés ;
 - * de ne pas emmener dans une zone ou un pays infectés un animal familier (chien ou chat) sans l'avoir préalablement vacciné ;
 - * de signaler immédiatement toute morsure, griffure ou léchage ;
 - * de prendre à cette occasion toutes les mesures nécessaires :
 - * L'animal suspect d'avoir provoqué une contamination humaine devra dans toute la mesure du possible être retrouvé. S'il est vivant, il sera soumis à une surveillance vétérinaire avec un premier examen dès que possible, un second sept jours après la morsure et un troisième au quinzième jour. Si l'animal reste vivant et bien portant au cours de cette période, le risque de contamination est écarté. Si l'animal meurt ou s'il est abattu au cours de cette période de 15 jours, sa tête ou son cadavre entier doivent être adressés d'urgence au laboratoire spécialisé.
 - * Les blessures (morsures, griffures) seront le plus rapidement possible nettoyées à l'eau savonneuse et désinfectées avec un produit doué d'action raticide (ammoniums quaternaires en particulier). Les sutures, si elles sont nécessaires, seront différées de quarante-huit heures. Un traitement antitétanique sera appliqué.
 - * Le « traitement antirabique spécifique », avec un vaccin préparé sur cultures cellulaires, sera commencé sans délai et comportera 6 injections pratiquées aux jours 0, 3, 7, 14, et 90. Ces nouveaux vaccins ne donnent pratiquement aucune réaction ni locale ni générale. En cas de morsure grave, on administre, en même temps que la première injection de vaccin, et en une seule fois, des immunoglobulines antirabiques d'origine humaine.
 - * Les personnes exerçant, dans les zones infectées, une profession les exposant à des risques permanents ou répétés de contamination doivent recevoir une vaccination préventive qui comportera deux ou trois injections de vaccin espacées sur quatre semaines, suivies d'un premier rappel après un an, puis des rappels ultérieurs tous les trois ans.
- (d'après l'Encyclopedia Universalis)

Le saviez-vous ?

La rage n'a pas attendu 1968 pour arriver dans les Vosges ! En 1885, le jeune Joseph Meister, de Maisons-goutte (Val de Villé), est sérieusement mordu par un chien enragé en défendant des enfants menacés par l'animal. Pour lui, ça signifie à brève échéance la mort dans d'atroces souffrances. Mais la famille entend parler d'un biologiste franc-comtois, Louis Pasteur, qui aurait mis au point un traitement contre la rage. Le jeune homme est conduit auprès de lui. Après bien des hésitations, le 6 juillet, Pasteur, qui n'est pas médecin, vaccine le jeune homme, qui est sauvé.

Quelques conseils :

la rage n'est pas éradiquée dans les Vosges !

- * Les actions d'envergure menées dans les années 1970 ont abouti à un recul important de l'épizootie, **mais des risques subsistent.**
- * Dans les Vosges, éviter de laisser les chiens divaguer sans surveillance ; l'arrêté préfectoral exigeant leur tenue en laisse n'est plus appliqué, mais il reste une mesure de bon sens.
- * Se méfier d'un animal domestique qui devient agressif, comme d'un animal sauvage qui semblerait trop confiant et s'approcherait trop des hommes.
- * **En cas du moindre doute après une morsure, consulter immédiatement un médecin** : un traitement commencé immédiatement obtient une guérison sans séquelles. Mais en cas d'attente, le pronostic devient vite très sombre : un risque à ne pas courir !
- * **N'oubliez pas qu'il n'existe aucun traitement d'une rage humaine déclarée : l'issue est toujours fatale !**
Le temps presse !



Couleuvre



Vipère

> **Il n'y a pas de serpents dangereux** dans les Vosges : nombreuses couleuvres mais pas de vipères. Toutefois, un inconscient a procédé à un lâcher entre Ribeauvillé et les trois châteaux, et près de l'Etang du Devin (près du Bonhomme). Ces animaux peu sympathiques ont peu essaimé, mais on en rencontre régulièrement ; les hivers ne sont pas froids assez longtemps pour les avoir éliminés. Un habitant de Ribeauvillé a été mordu dans son jardin et les pharmacies de la ville ont en permanence du sérum anti-venimeux pour les cas d'urgence.

A savoir :

- * ne jamais enjamber un serpent (il se détend comme un ressort et attaque) ; taper sur le sol pour le faire fuir ou le contourner d'aussi loin que possible.
- * dans les régions où on trouve des vipères, il ne faut en aucun cas quitter les sentiers, éviter de monter sur les tas de bois et de marcher dans les feuilles mortes, et toujours regarder où on pose les pieds.
- * une couleuvre peut mordre : la morsure peut être très douloureuse mais non venimeuse.



Présence de vipères :

- * A partir de l'Ouest de la Moselle
- * Foyers très limités entre Ribeauvillé et les trois châteaux de Ribeauvillé et à l'Etang du Devin (près du Bonhomme)
- * Rares présences dans le Jura alsacien (près de Ferrette) ; plus nombreuses plus au sud dans le Jura (Doubs)

Ne pas confondre ces serpents (qu'on rencontre en fait rarement en rando) avec des orvets, plus petits et plus minces, qui sont en fait des lézards dépourvus de pattes, totalement inoffensifs, qu'on rencontre un peu partout et jusque dans nos jardins.



Que faire en cas (très improbable dans les Vosges) de morsure de vipère ?

Elle laisse deux plaies : deux petits points distants de quelques mm.

Dans la moitié des cas, il n'y a pas d'injection de venin (si la vipère vient de mordre, elle a vidé ses sacs à venin).

Sinon en quelques minutes apparaît une ecchymose (un bleu) avec douleur et gonflement local

Ce n'est qu'en cas d'envenimation sévère (surtout chez l'enfant) que vont apparaître d'autres signes 4 à 5 heures plus tard : oedème s'étendant au membre mordu et au-delà, éventuellement essoufflement, perte de conscience, état de choc (chute grave de la tension artérielle), hémorragies diffuses.

Ne pas faire :

- > Ne pas sucer la plaie : en aspirant vous risquez de vous contaminer (hépatites, SIDA, etc...)
- > Ne pas la brûler : en brûlant vous faites inutilement mal car le venin est trop profond
- > Ne pas inciser : en incisant, vous aggravez la situation (inflammation, plaie et douleur supplémentaire)
- > Ne pas poser de garrot parce que cela ne sert à rien et c'est dangereux pour le membre atteint et peut donner un état de choc lorsqu'on l'enlève.

Les aspirations avec Aspivenin ne peuvent pas aspirer le venin dans le derme.

Que faire :

- > Allonger le sujet et le rassurer.
- > Enlever bagues, bracelets ou chaussures avant l'apparition d'un oedème.
- > Désinfecter la plaie avec Bétadine ou Dakin ; application de glace autour de la plaie
- > Immobiliser le membre mordu à l'aide d'une attelle (bricolée éventuellement)
- > Faire boire de l'eau, mais pas de thé, ni de café, ni d'alcool
- > En cas de douleur donner du paracétamol, surtout pas d'aspirine.
- > **Consulter un médecin**

suite...

Précautions (indispensables dans les régions où les vipères sont signalées) :

- > Porter des chaussures fermées et des pantalons longs ou des bottes.
- > Ne pas mettre les mains n'importe où sans protection : Tas de feuilles ou de paille, pierre, rocher, refuges préférés des vipères.
- > En cas de rencontre avec un serpent, passer votre chemin en évitant de l'effrayer ; essayer de le faire fuir.
- > La vipère est sourde et myope, mais sensible aux vibrations : la nuit se déplacer avec une lampe de poche en frappant le sol avec un bâton.
- > En camping, jeter un coup d'oeil avant de mettre un vêtement, de rentrer dans un duvet.



* **Les insectes** posent les mêmes problèmes que partout ailleurs : moustiques, guêpes, abeilles... Attention aux frelons, qu'on rencontre assez peu mais dont la piqûre peut être grave (surtout si vous avez une allergie). On se méfiera tout particulièrement **des tiques**, qu'il n'est pas facile de dépister et qui sont le vecteur de la redoutable **maladie de Lyme** et depuis peu en Alsace de la **MET**.

La maladie de Lyme : redoutable mais guérissable

Pas de panique !

- * Les tiques pullulent dans presque toutes les grandes forêts. Mais toutes les tiques ne sont pas dangereuses : celle qui transmet la maladie de Lyme est différente de la tique du chien ; de plus, elles ne sont pas toutes porteuses du germe et elles doivent rester fixées plus de 24 heures pour le transmettre ; enfin seules les larves, les nymphes et les femelles adultes piquent.
- * En Alsace, entre 3000 et 4700 cas de la maladie de Lyme ont été diagnostiqués entre mars 2001 et février 2002. C'est à la fois peu et beaucoup : une dizaine par jour...

Vigilance !

- * Les tiques ont des habitats de prédilection : genêts, fougères. Si vous en traversez, examinez-vous !
- * On recommande de porter des vêtements longs et fermés : ce n'est pas suffisant pour vous dispenser d'un examen, ces sales bêtes peuvent très bien remonter sous un pantalon !
- * Après une randonnée, examinez-vous soigneusement toute la surface du corps : une tique à peine installée se remarque très bien et s'enlève facilement avec une petite pince (mais pas avec les doigts ! évitez aussi les mouvements de rotation qui risquent de la casser)
- * Il est essentiel d'enlever la tique entière ; si vous ne pensez pas y arriver, demandez à un professionnel (médecin, infirmière...)
- * Évitez l'éther qui est censé l'asphyxier mais qui peut l'amener à régurgiter et à vous infecter quand même.
- * Après l'opération, une désinfection soignée (alcool,...) s'impose.
- * Pendant les jours, voire les semaines qui suivent, surveillez la plaie ; à la moindre rougeur, au moindre signe suspect, consultez un médecin : plus un traitement est entrepris tôt, plus il a de chances d'aboutir sans séquelles.

En savoir plus :

La maladie de Lyme est due à une bactérie sensible à la pénicilline, le spirochète *Borrelia burgdorferi*. Elle évolue en trois phases : les graves lésions chroniques de la phase tertiaire peuvent être prévenues par un traitement antibiotique s'il est institué assez tôt. Les manifestations peuvent concerner la peau, le système nerveux, le cœur, les articulations.

Le début de la maladie se situe entre mai et octobre. La première phase se manifeste par l'apparition sur la peau d'une tache rosée qui s'élargit et devient un anneau rosé, alors que son centre s'éclaircit. Le diamètre mesure généralement 10 à 20 cm, mais peut atteindre 60 cm. Sans traitement, l'inflammation guérit en trois à quatre semaines, mais le microbe disséminé dans tout l'organisme peut se manifester de nouveau.

suite...

La phase secondaire de la maladie survient en moyenne un mois après l'inoculation. Elle se manifeste par des signes articulaires, cardiaques, neurologiques, isolés ou en association. L'atteinte neurologique s'apparente à la méningite (douleurs, paralysie, réaction méningée). Les douleurs des membres ou du tronc (lombaires surtout) sont nocturnes, violentes, et empêchent de dormir.. Elles peuvent s'accompagner de fourmillements, de paralysie d'un ou de plusieurs muscles, d'abolition de réflexes, de paralysie faciale, de troubles de la motricité oculaire. Le traitement antibiotique a un effet spectaculaire sur les douleurs qui disparaissent en quarante-huit heures, mais les paralysies peuvent persister plusieurs semaines ou plusieurs mois.

La phase tertiaire fait toute la gravité de la maladie, par les atteintes du système nerveux central, rares mais peu sensibles au traitement. Des encéphalopathies avec hallucinations, confusion mentale, troubles de la mémoire, de l'attention, du jugement, du caractère peuvent conduire à une détérioration mentale grave. Parfois ces atteintes évoquent la sclérose en plaques, avec troubles de la marche, rétention d'urine, troubles de l'équilibre, paralysies oculomotrices.

Le traitement fait appel à des antibiotiques à fortes doses pendant deux à trois semaines.

D'après l'Encyclopedia Universalis

Un danger méconnu des tiques : la "M.E.T."



Qu'est-ce que c'est ?

MET signifie "méningo-encéphalite à tiques. En France, c'est une maladie rare, mais elle a fait une apparition discrète **en Alsace (forêt du Neuhof près de Strasbourg) et dans les Vosges (vallée de Guebwiller)**, en provenance d'Europe centrale et de l'est ; elle est déjà présente en Allemagne (notamment Forêt-Noire), Autriche, Suisse, et jusqu'en Russie et en Asie (voir la carte ci-contre d'après www.tbe-info.com : en jaune les zones d'endémie) ; un nouveau foyer a été détecté dans les Alpes. Elle est provoquée par un virus, qui a été identifié et contre lequel un vaccin a été mis au point (efficace pour les adultes et les enfants de plus de 3 ans).



Y a-t-il vraiment des risques ?

Oui, évidemment. Pas de panique, il n'est pas nécessaire de mettre une armure pour randonner dans les Vosges. Pas d'indifférence non plus : ce n'est pas parce que les foyers sont encore très limités qu'on peut se croire autorisé à négliger le danger. De toute façon, les tiques sont dangereuses car elles transmettent aussi la maladie de Lyme : il faut s'en méfier.

Comment ça se passe ?

L'infection peut toucher toute la population (pas seulement les randonneurs) : elle est simplement liée à une activité de plein-air dans les régions touchées ; il peut y avoir des tiques même dans votre jardin !

Le risque est majeur de mars à octobre (les tiques aiment la chaleur et l'humidité, et pendant cette période nous avons tendance à nous découvrir)

La maladie se développe en deux phases : la première semble bénigne, elle touche la plupart des sujets infectés ; elle dure 2 à 4 jours et se limite à un syndrome pseudo-grippal (c'est comme si vous aviez la grippe). La seconde est plus grave : elle apparaît une dizaine de jours après chez 20 à 30 % des sujets et se manifeste par des signes neurologiques. Elle nécessite un traitement.

Comment prévenir

La prévention est la même que pour la maladie de Lyme :

- porter des vêtements qui couvrent la plus grande partie de la peau : manches longues, pantalons, chaussettes, bottes... ; en été, quand il fait chaud c'est souvent désagréable, surtout si vous appréciez la randonnée...
- rester sur les sentiers et éviter les plantes que les tiques affectionnent (genêts, fougères)
- comme aucun vêtement ne procure une protection certaine, prenez une douche au retour d'une rando et examinez méticuleusement tout votre corps (jusqu'aux régions les mieux cachées : aisselles, pubis, nombril, cuir chevelu et surtout celles à peau fine où les tiques s'incrusteront plus facilement).
- les répulsifs anti-insectes ne sont pas efficaces assez longtemps.
- la vaccination préventive est éventuellement indiquée pour les professionnels de la forêt ou de la rando, mais c'est un acte médical qui doit être examiné avec un médecin.



> **Une flore subalpine rare** : les hautes Vosges, malgré leur altitude modeste (1000 à 1400 m), correspondent à l'étage subalpin situé 500 m plus haut dans les Alpes. Elles ont de ce fait une flore rare, protégée, et réservée au plaisir des yeux. Il y a des espèces sauvages d'orchidées, de lys martagon, de plantes carnivores, qu'on retrouve dans des endroits bien protégés du massif du Hohneck, et aussi, plus faciles d'accès, au remarquable **jardin d'altitude de l'université de Nancy, au Haut-Chitelet**.

> **Respecter les chaumes** : la prairie d'altitude des hautes Vosges est un écosystème fragile. Après avoir été le domaine exclusif des troupeaux pendant des siècles, elle a été envahie par le tourisme, dont le piétinement est infiniment plus destructeur que celui des vaches : bien des endroits ont ainsi été pelés puis ravinés. Des essais de limitation de la marche sont en cours ou en projet, avec un succès certain (Ballon d'Alsace), pour réserver de nouveau la chaume aux troupeaux ; jouons le jeu, même si vous n'aimez pas le fromage de Munster...

> **Ne pas consommer les fruits crus** : il y a quand même de bonnes choses au bord de nos chemins, mais il faut encore jouer les rabat-joie ! Les fruits des bois, notamment les rampants (fraises, myrtilles,...) peuvent être contaminés par les déjections de divers animaux (renards) et transmettre une très grave maladie, potentiellement mortelle pour l'homme, **l'échinococcose**, d'autant plus grave qu'elle peut ne se déclarer que des années après la contamination. Ne jamais grappiller les fruits en se promenant ; on peut les ramasser et les consommer cuits (tarte, confiture,...). Bon appétit quand même !

L'échinococcose alvéolaire, une maladie méconnue mais mortelle...

Les échinococcoses sont des parasitoses graves liées au développement, chez les mammifères herbivores et omnivores (et chez l'homme), de larves d'une espèce de ténia. Chaque larve produit plusieurs milliers de ténias adulte.

Le minuscule ténia adulte (quelques millimètres) vit dans l'intestin des carnivores (canidés ou félinés), pond plusieurs milliers d'œufs qui sont dispersés dans la nature avec les fèces et souillent les herbes ; ces œufs, très résistants aux agents climatiques, peuvent survivre pendant des mois ; lorsqu'un herbivore avale cet œuf, sa coque est dissoute et l'embryon est libéré ; il traverse la paroi du tube digestif de l'hôte et passe dans la circulation sanguine qui le transporte jusqu'à l'organe où son développement se poursuivra.

Il existe plusieurs types d'échinocoques, qui provoquent plusieurs types de maladies, toutes transmissibles à l'homme et redoutables mais c'est surtout l'échinococcose alvéolaire qui est connue dans nos régions. Ses hôtes habituels sont le renard, plus rarement le chien et le chat, et ses hôtes intermédiaires des rongeurs champêtres (campagnols surtout), mais l'homme peut être contaminé. Toujours localisé initialement au foie de l'hôte intermédiaire, le kyste infiltre petit à petit tout l'organe. **Chez l'homme, il en résulte un véritable « cancer » parasitaire qu'il est pratiquement impossible d'extirper en entier.** Echographie et analyses sérologiques évitent d'attendre l'intervention chirurgicale pour reconnaître la véritable nature de cette tumeur. **La récurrence est très fréquente dans cette forme dont le pronostic est donc sombre.** La maladie se rencontre dans presque toutes les zones froides de l'hémisphère Nord. **En France, à l'exception d'un foyer apparemment isolé dans le Massif Central, ce sont les régions de l'Est qui sont atteintes, principalement près des frontières allemande et suisse.** Il semble que les modifications écologiques liées au développement de la prairie permanente puissent expliquer la lente progression (parallèle à celle de la rage) de cette parasitose. **L'homme se contamine accidentellement en consommant crus des baies sauvages poussant à terre (fraises des bois, myrtilles), des pissenlits ou tous autres végétaux souillés par les déjections des renards ou des autres hôtes définitifs.** Dans les foyers européens d'endémie, de 10 % à plus de 50 % des renards sont contaminés... **La maladie est d'autant plus grave qu'elle peut attendre jusqu'à une quinzaine d'années pour se déclarer.**

La prévention de l'échinococcose alvéolaire est très difficile. Il faut éviter la pullulation des renards et des rongeurs et **surtout, en zone d'endémicité, il faut éviter de consommer crus les fruits des bois.**

Actuellement, le traitement des échinococcoses est purement chirurgical, mais des essais sont faits pour trouver un traitement médical.

D'après l'Encyclopedia Universalis

Comment réagir contre les dangers de l'échinococcose ?

la prévention :

- * Ne jamais consommer crus des fruits des bois ;
- * même le lavage, aussi soigneux soit-il, n'élimine pas complètement le parasite ;
- * seule la cuisson est efficace (60°C pendant 1/2 h) ;
- * apprenons aux enfants à résister à la tentation ;
- * attention aux produits du jardin s'ils sont accessibles à des animaux potentiellement porteurs (renards, rongeurs,...) ;
- * prudence dans les régions touchées (Alsace, Vosges, France-Comté, Haute-Savoie, Massif Central, Allemagne, Autriche, pays de l'Est) ;
- * ne pas en faire une psychose, mais être simplement prudent ;
- * et si vous pensez que "c'est de l'intox" et que la gourmandise prend le dessus... c'est à vos risques et périls !

si vous avez été imprudents :

- * vous avez mangé ces dernières années des fruits crus, avant de savoir : vous ne serez pas forcément malades !
- * tous les fruits ne sont pas contaminés, tous les renards ne sont pas malades
- * mais si vous sentez une douleur sourde dans la région du foie, accompagnée d'amaigrissement et d'ictère, consultez un médecin et orientez-le sur cette éventualité à laquelle il ne pensera peut-être pas d'emblée (les symptômes sont voisins de ceux du cancer) ; des analyses sont possibles et permettent de diagnostiquer très vite la maladie et de la traiter.
- * le seul traitement efficace est chirurgical (ablation d'une partie du foie, d'autant plus grande qu'il est tard ; éventuellement transplantation) ; des traitements médicamenteux, contraignants et onéreux, peuvent freiner le développement du parasite, mais ne l'éliminent pas.

A savoir pour être prudent sans paniquer :

Chaque année, quinze à vingt nouvelles victimes viennent s'ajouter à la liste des deux cents malades répertoriés. Heureusement, la plupart du temps, on peut être contact avec le parasite sans développer la maladie. (vous pouvez télécharger un dépliant sur <http://www.sante.gouv.fr/hlm/pointsur/zoonose/depliant.pdf>)



> **La flore vosgienne** (comme partout) **recèle des espèces dangereuses** : il ne faut pas cueillir n'importe quelle fleur parce qu'elle est jolie, avaler n'importe quelle baie sous prétexte qu'elle est appétissante. Les distillateurs du Val de Villé et d'ailleurs font de l'alcool avec les fruits les plus inattendus, mais pas tous : il y a parfois au bord des chemins des poisons violents

Comment réagir en cas d'intoxication ?



1. Ne pas s'affoler !

Les toxines de certaines baies sont des poisons violents mais pas instantanés : ils vous laissent le temps de vous soigner

2. Ne pas prendre les choses à la légère !

Ne pensez pas "ce n'est pas grave, ça va passer". Certaines baies sont réellement mortelles !

3. Ne cherchez pas à (vous) soigner vous-même (à moins d'être un professionnel...)

Résistez aux idées fausses et potentiellement dangereuses :

- ne faites pas vomir
- ne faites rien prendre, ni manger ni boire
- le lait n'est pas un contrepoison, il peut même aggraver les choses !

4. Contacter un médecin !

Suivant la gravité de l'intoxication :

- votre médecin de famille
- le centre anti-poison (à Strasbourg : 03 88 37 37 37)
- le SAMU (tél 15 ou 112), surtout si le malade est inconscient

Conformez-vous aux indications d'urgence qu'ils vous donneront

Si l'agent de l'intoxication (baie, fruit, feuille,...) vous est connu mais non identifié, conservez-en avec précautions (inutile d'intoxiquer quelqu'un d'autre par accident ou maladresse...) pour permettre une éventuelle analyse.

15

Reconnaître les baies dangereuses



Arum (gouet, chandelle, contre-feu, marteau de Ste Marie, pilon, vaquette, pied-de-veau, chou-poire, pain de serpent)

haies et ravins (mai à septembre)

baies rouges (3 à 4 mm) groupées en épis en haut d'une courte tige

douleurs, gonflements de la bouche et de la gorge, troubles digestifs, dilatation des pupilles ;



si la quantité est importante, coma et mort



Belladone (guigne de la côte, bouton noir - solanacée)

bois et clairières (jusqu'à 2 m de haut) - (août à octobre)

la baie a l'air d'une cerise noire bordée de feuilles en étoile à 5 branches

troubles digestifs, dilatation des pupilles, sécheresse de la bouche, délire



deux ou trois baies tuent un enfant, une dizaine un adulte ; les animaux (escargots, oiseaux, lapins,...) qui en ont mangé deviennent eux aussi toxiques !



Bryone dioïque (navet du diable, rave de serpent, racine des vierges, vigne blanche, herbe de feu, fausse coloquinte)

plante grimpante à vrilles, fleurs blanchâtres

haies, jardins, terrains incultes (août à septembre)

baies rouge-orangé (4 à 5 mm) en grappes

troubles digestifs



Camerisier (chèvrefeuille à baies rouges)

arbuste aux tiges grimpantes, fleurs blanches

bois et lisières, haies (septembre à décembre)

baies rouges deux par deux (4 à 7 mm)

troubles digestifs, congestion de la face, convulsions, secousses musculaires, troubles cardiaques, dilatation des pupilles



ces baies sont mortelles !



Chèvrefeuille

arbuste aux tiges grimpantes, fleurs jaunes parfumées

bois et lisières, haies (septembre à décembre)

baies noires

troubles digestifs, congestion de la face, convulsions, secousses musculaires, troubles cardiaques, dilatation des pupilles



ces baies sont mortelles !



Fragon épineux (fragon piquant, petit houx)

bois, parcs, terrains incultes (juillet à mars)

grosse baie rouge unique de la taille d'un petit pois (9 à 11 mm)

troubles digestifs



Fusain d'Europe (bonnet d'évêque, de prêtre, de cardinal, bonnet carré, bois carré)

bois clairs, rocailles, haies (septembre à octobre)

3 à 5 baies orangées de 10 à 15 mm disposés en grappes rectilignes

troubles digestifs, convulsions et syncopes



Guy

parasite de nombreux arbres (chêne, hêtre, frêne,...)

baies translucides à pulpe visqueuse (6 à 8 mm) ; peu dangereux dans la nature car souvent à grande hauteur, mais les baies sont accessibles quand il est utilisé en décoration de Noël

troubles digestifs, soif intense, diarrhée sanglante, troubles cardiaques

**If**

arbre d'ornement des parcs ou jardins, pousse spontanément dans les bois (septembre à décembre)
moque ou fausse baie (4 à 6 mm), qui entoure une graine, qui est seule toxique ; les feuilles le sont aussi



troubles digestifs et cardiaques, taches bleues sur la peau.

**Extrêmement dangereux ! Un simple fragment de graine peut tuer !
D'autant plus dangereux qu'il est très commun**

**Houx** (*Bien connu comme symbole du Club Vosgien*)

arbuste aux feuilles épineuses ; sert de décoration de Noël, les baies sont alors facilement accessibles aux enfants
(fin d'automne)
baies rouge vif en paquets
troubles digestifs et musculaires

**Morelle douce-amère** (morelle piquante, vigne de Judée)

plante grimpante des haies et terrains incultes ; fleurs violet-jaune (septembre à décembre)
grosses baies rouge vif en brochettes (8 à 15 mm)
troubles digestifs, sécheresse de la bouche, dilatation des pupilles



Dix baies peuvent tuer un enfant

**Morelle noire** (tue-chien, faux cassis)

arbuste des bois siliceux (juillet à décembre)
baies d'abord vertes, puis rouges et enfin noires de la taille d'un petit pois (6 à 7 mm)
troubles digestifs, sécheresse de la bouche, dilatation des pupilles, céphalée, troubles rénaux



Ces baies sont mortelles

**Muguet de mai** (liliacée)

bois et jardins, fleurs blanches en clochettes bien connues (juillet à septembre)
baies orangées
troubles digestifs et cardiaques

**Viorne obier** (aubier, boule de neige, sureau d'eau)

bois, lisières, jardins (septembre à décembre)
baies rouge vif, en grappes
irritation de la peau et des muqueuses de la bouche, troubles du rythme cardiaque, diarrhées, vertiges, dilatation des pupilles

**Parisette à quatre feuilles** (raisin de renard ; liliacée)

bois, montagne
plante basse (20 à 30 cm) - (juillet à septembre)
baies bleuâtres
troubles digestifs, dilatation des pupilles, bourdonnements d'oreille, somnolence

**Redoul** (herbe aux tanneurs, corroyère à feuilles de myrte, sumac de Provence)

haies, bois, bordures (juillet à août)
baies côtelées (1 cm)
troubles digestifs, vertige, pâleur, rétrécissement des pupilles, convulsions, asphyxie et donc mort



Ces baies sont mortelles !

**Sceau de Salomon** (faux muguet - liliacée)

bois, lisières, haies (30 à 40 cm de haut - mai à novembre)
baies bleu-violacé (5 à 7 mm)
troubles digestifs, cardiaques et sanguins

**Tamier** (herbe de la femme battue, raisin du diable, sceau de Notre-Dame, racine vierge, vigne noire)

haies, bois, lisières (plante grimpante) - (août à septembre)
baies rouge-vif en grappes
troubles digestifs et respiratoires, fièvre

Les Vosges vous accueillent !

A lire ces pages, on risque l'impression que les Vosges sont un enfer peuplé de dangers, où le soleil brûle, où les orages détruisent, où les animaux agressent et inoculent des maladies mortelles, où la nature empoisonne à chaque coin de sentier, sans compter l'hiver qui congèle... Loin de là ! Pour ces pages de précautions de bon sens auxquelles vous auriez pensé vous-mêmes, destinées à ne pas abîmer le trésor de notre pays et à préserver votre sécurité, nos montagnes offrent mille trésors, mille merveilles, mille secrets, mille plaisirs... à découvrir en vraie grandeur et pas seulement dans le monde virtuel d'un site internet...





Lutter contre le **handicap** : un objectif essentiel pour notre site

Alain, le webmaster, est atteint de sclérose en plaques **et vous propose de vous associer à sa lutte** : il a créé des **tee-shirts exclusifs** et **une boutique dont tous les bénéfices (5 € par tee-shirt) sont versés à deux associations qui luttent contre la sclérose en plaques**. La boutique présente également un **rayon librairie** qui présente des livres sur les Vosges et les cartes IGN-Club Vosgien.



**Participez à notre action :
rendez-vous sur **notre site** !**

A travers les forêts et les montagnes des Vosges

www.vosges-rando.net

Une passion..

Deux amoureux des Vosges : Alain, le père, et Jacques, le fils, vous proposent leurs souvenirs de randonnées à travers les merveilles de notre montagne, et vous invitent à les découvrir vous-mêmes...

Alain (59 ans) :

dans ma jeunesse, j'ai sillonné à pied le massif vosgien du nord au sud ; maintenant atteint de sclérose en plaques, je reviens partout où je peux encore accéder avec mon scooter (électrique et non polluant !), rêver devant les paysages et dans l'écho de ma mémoire... J'ai notamment parcouru les trois grands sentiers de randonnée du Club Vosgien (rectangles rouge, bleu, jaune). Ce sont mes souvenirs du **"rectangle rouge"** que vous pourrez lire dans ce site, et qui vous donneront peut-être envie de vous y lancer à votre tour, comme j'ai la joie d'y avoir entraîné Jacques...

Jacques (23 ans) :

je suis "tombé dans la marmite quand j'étais petit" : très tôt, mes parents m'ont emmené faire de petites promenades d'abord, des excursions plus longues ensuite, faire des découvertes toujours renouvelées : châteaux, rochers, panoramas, lacs, légendes... Et le virus m'a pris : parfois encore en famille mais aussi seul ou avec des copains, je me retrouve avec joie dans les Vosges...

Vous trouverez encore sur notre site :

Nos souvenirs de rando à travers les Vosges...

Des textes et des photos pour rêver...

Une lettre d'informations mensuelle...

Des propositions d'itinéraires à travers les Vosges...

Un service gratuit d'itinéraires "à la carte"...

Chaque semaine une énigme à résoudre...

La "petite encyclopédie" d'Alsace...

Des quizz pour tester vos connaissances...

Une collection de fonds d'écran à télécharger...

Des cartes électroniques à envoyer à vos amis...

Des conseils pour préparer une randonnée...

Des informations sur les fermes auberges...

La météo régionale...

Des services, des liens...



Abonnez-vous à la lettre d'informations

Bienvenue sur notre site !

www.vosges-rando.net