

[Piqûre de vive : comment la soigner ? \(snsn.org\)](https://www.snsn.org/)

Les conseils des sauveteurs en mer pour éviter et soigner les piqûres de vive



5 janvier 2021

Très douloureuse, la piqûre de vive est particulièrement difficile à éviter pour les baigneurs. Si cela vous arrive, voici nos conseils pour la soulager et la soigner.



Légende

Une vive cachée dans le sable © Hilde Demeester - Unsplash

Qu'est-ce qu'une vive et comment reconnaître une piqûre de vive ?

De 10 à 20 cm de longueur, la vive est le seul poisson venimeux en Europe. Enfouie sous le sable dans des eaux de faible profondeur, elle ne laisse que ses yeux et sa mâchoire dépasser, ce qui la rend quasiment indétectable à l'œil nu. Sous la surface du sable, ses épines dorsales extrêmement acérées sont capables de traverser une chaussure ou des gants de plongée...

La piqûre survient le plus souvent en posant le pied sur la vive ou lorsque l'on fouille le sable à la main, à la recherche de coquillages par exemple. La douleur provoquée est immédiate, intense et peut se propager jusqu'à l'os. Elle s'accompagne rarement de vertiges ou de maux de tête et passe généralement en 48h. Au point de piqûre, vous pourrez observer rapidement un œdème se former.

Comment la soulager et la soigner ?

- Si vous ressentez cette douleur en marchant dans l'eau, ne paniquez pas ! Les piqûres de vive ne sont pas mortelles et les vomissements, nausées ou maux de tête associés sont assez rares. Sortez de l'eau calmement et asseyez-vous afin de réduire la circulation du venin dans le sang. Prévenez ou faites prévenir les sauveteurs présents au poste de secours si vous le pouvez, ceux-ci pourront vous apporter les premiers soins.
- Le venin de la vive est thermolabile, c'est-à-dire qu'il diminue d'intensité avec la chaleur. Rentrez chez vous si vous le pouvez et plongez le membre piqué dans une bassine d'eau très chaude (45 degrés), pendant 15 minutes environ, ou chauffez la zone à l'aide d'un sèche-cheveux. Pour calmer la douleur, vous pouvez ensuite appliquer de la glace enveloppée dans un linge (attention à ne pas mettre la glace en contact direct avec la piqûre).
- Le cas échéant, approchez une source de chaleur, comme le bout d'une cigarette ou la flamme d'un briquet, en faisant bien attention à ne pas vous brûler.
- Pensez également à bien nettoyer la plaie et à la désinfecter.
- Enfin, appelez immédiatement les secours si vous ressentez des nausées, des vertiges importants ou la moindre gêne respiratoire. Pensez de toute façon à prévenir les sauveteurs présents sur la plage.

Les choses à ne pas faire sur une piqûre de vive ?

- N'essayez pas d'inciser le point de piqûre pour en faire sortir le venin, ni de sucer la plaie pour l'aspirer.
- Ne faites pas de garrot.
- Ne frottez pas la plaie avec du sable
- Comme pour les méduses, uriner sur la piqûre ne sert à rien et engendre un risque d'infection.

Pourquoi les vives piquent et comment les éviter ?

La vive n'est en soi pas agressive. Ses épines dorsales ne sont qu'un mécanisme de protection qu'elle active lorsque l'on s'approche d'elle. Comme elle est malheureusement indétectable à l'œil nu, renseignez-vous auprès des sauveteurs présents pour savoir si elles fréquentent la même plage que vous. Si c'est le cas, le mieux reste de porter des chaussures avec une semelle un peu épaisse.

Les vives en France

Elles sont malheureusement présentes sur toutes nos côtes, sans distinction. De la Méditerranée à la Mer du Nord, en passant par le littoral atlantique et la Manche, on rencontre 4 espèces. Parmi elle, la "petite vive" (10 à 15cm environ, de couleur brun-jaunâtre) est celle que l'on rencontre le plus fréquemment sur le bord des plages. Elle y vient pondre ses œufs au printemps et à l'été, lorsque les plages sont les plus fréquentées !