

Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

Vague de chaleur accablante

L'AGENCE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX DE LA CAPITALE-NATIONALE ET LA VILLE DE QUÉBEC EN MODE INTERVENTION

Québec, le 7 juillet 2010. — Sur recommandation de la Direction régionale de santé publique, l'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, conjointement avec la Ville de Québec, annonce qu'elle met en application dès maintenant son *Plan régional de chaleur accablante – Mission santé* (PRCA-MS). Au cours des derniers jours, les seuils de température le jour et la nuit ont en effet été atteints dans la grande région métropolitaine de Québec (**Rive-Nord seulement**) et dans Portneuf et l'on entre ainsi en phase d'intervention dans les mesures prévues au PRCA-MS.

Le *Plan régional de chaleur accablante – Mission santé* détermine spécifiquement les activités à déployer lorsqu'une vague de chaleur accablante survient. Tous les établissements concernés de la région de la Capitale-Nationale mettent donc en place les mesures prévues au Plan, afin d'assurer un plus grand confort aux personnes hébergées ou hospitalisées. Des salles climatisées, des changements dans la diète ou encore des modifications à la médication sont quelques-unes des mesures qui sont prises actuellement.

De concert avec d'autres partenaires, comme les organismes communautaires, les établissements du réseau porteront une attention particulière aux clientèles vulnérables.

L'Agence suit également la problématique de très près, grâce à divers indicateurs (fréquentation des salles d'urgence, achalandage à Info-Santé, transport ambulancier, décès, etc.), en lien avec la chaleur accablante.

Collaboration de la Ville de Québec

Comme prévu au PRCA-MS, le Bureau de la sécurité civile de la Ville de Québec met en place, en phase d'intervention, diverses mesures pour la population. La Ville prévoit notamment le prolongement des heures d'ouverture d'aires de rafraîchissement, comme les piscines, les jeux d'eau ou les centres climatisés. Les informations à ce sujet seront communiquées par les autorités de la Ville de Québec au cours de la journée. Les autres municipalités de la région sont également invitées à mettre en place des mesures similaires.

Une problématique qu'il ne faut pas prendre à la légère

« L'ensemble des mesures prises actuellement vise à réduire les impacts de cette vague de chaleur accablante. Les statistiques nous indiquent effectivement qu'en l'absence de mesures concrètes, on observe davantage d'hospitalisations et une augmentation de 60 % des décès (par rapport au nombre de décès en période normale) après trois journées très chaudes consécutives », précise Dr François Desbiens, directeur régional de santé publique de la Capitale-Nationale.

La chaleur accablante peut causer divers problèmes de santé comme la déshydratation, la fatigue, les étourdissements, les malaises, les crampes, la perte de connaissance, l'épuisement ou le coup de chaleur. Les personnes les plus vulnérables sont les personnes âgées et celles qui souffrent de maladies chroniques cardiovasculaires, respiratoires ou rénales, de diabète ou de problèmes mentaux. Les bébés et les enfants âgés de moins de cinq ans sont également à surveiller de près.

La population est donc invitée à observer ces quelques conseils :

- Passez du temps dans un endroit frais ou climatisé. Si vous n'avez pas accès à un climatiseur, fréquentez quelques heures pendant la journée des lieux climatisés (centres commerciaux, cinémas, bibliothèques, etc.).
- Recherchez l'ombre à l'extérieur. Portez des vêtements légers, amples et de couleurs pâles, un chapeau à large rebord et des lunettes solaires. L'utilisation d'une crème solaire avec un facteur de protection de 15 et plus est recommandée.
- Buvez souvent de l'eau sans attendre la sensation de soif, à moins de contre-indication médicale.
- Évitez les activités physiques intenses, plus particulièrement entre 11 h et 15 h.
- Pour les travailleurs qui doivent poursuivre leurs activités, réduisez votre rythme de travail, assurez-vous d'une bonne hydratation. Alternez plus fréquemment période de travail et période de repos.
- Prenez une douche ou un bain aussi souvent que nécessaire; il est également conseillé de se rafraîchir avec une débarbouillette humide.
- Limitez l'entrée de chaleur dans son logis (fermer les rideaux le jour, créer des courants d'air, etc.).
- Ne laissez jamais un enfant ou une personne non autonome seul dans un véhicule, même avec les fenêtres entrouvertes et même pour une courte période de temps.

Puis, la Direction régionale de santé publique fait appel à la solidarité sociale et demande à la population de téléphoner ou visiter des membres de la famille, des amis ou des voisins en perte d'autonomie, demeurant seuls, pour s'assurer de leur bien-être. Les accompagner, par exemple, dans un endroit frais peut contribuer à leur éviter des problèmes de santé liés à la chaleur.

Renseignements

Les personnes qui désirent davantage d'information sur les questions touchant la santé peuvent s'adresser en tout temps au service Info-Santé en composant le 8-1-1.

En plus de présenter diverses informations sur la chaleur accablante, il est aussi possible de consulter, sur le site Web de l'Agence (www.rrsss03.gouv.qc.ca), Le *Plan régional de chaleur accablante – Mission santé*, accessible en page d'accueil.

Source : Pierre Lafleur
Directeur régional de la planification, des affaires corporatives, des communications et de l'Infocentre
Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale
418 525-1452