



Direction générale de la santé

Paris, le 16 août 2012

COMMUNIQUE DE PRESSE

Fortes chaleurs prévues dans plusieurs départements ces prochains jours : Appel à la vigilance et recommandations sanitaires

Météo France prévoit, pour ce week-end de chassé croisé et les jours suivants, une forte augmentation des températures en journée et la nuit dans plusieurs départements. A date, et sous réserve d'une évolution quotidienne de la situation, les départements concernés sont : la Haute-Garonne (31), le Gers (32), Le Lot (46), le Lot-et-Garonne (47), le Tarn (81) et le Tarn-et-Garonne (82).

La vague de chaleur est susceptible de s'étendre progressivement à d'autres départements du Sud-ouest et du Centre.

La liste précise des départements qui seront progressivement concernés ainsi que des recommandations spécifiques seront communiquées localement par les préfets des départements en fonction des situations locales.

Compte tenu de ces prévisions, et en complément des mesures qui pourront être mises en œuvre localement par les préfets (déclenchement du niveau de « mise en garde et actions » du plan national canicule par exemple¹), **la Direction générale de la santé souhaite rappeler les recommandations sanitaires suivantes :**

Les personnes fragiles, en particulier celles ne résidant pas en établissement (notamment les personnes âgées de plus de 65 ans, les personnes handicapées ou malades à domicile, les personnes dépendantes ou en situation de précarité) doivent :

¹ *Le plan national canicule dont l'élaboration est pilotée par ministère chargé de la santé comporte trois niveaux :*

- le niveau de veille saisonnière,*
- le niveau de mise en garde et actions, déclenché sur recommandation du ministère par les préfets de département concernés suite à une alerte émise conjointement par Météo France et l'Institut de Veille Sanitaire,*
- le niveau de mobilisation maximale, déclenché sur instruction du Premier ministre lorsque la canicule est aggravée par des effets collatéraux (rupture de l'alimentation électrique, pénurie d'eau potable, saturation des établissements de santé,...).*

- **boire régulièrement et fréquemment de l'eau** sans attendre d'avoir soif ;
- **se rafraîchir et se mouiller le corps** plusieurs fois par jour ;
- **penser à donner régulièrement de leurs nouvelles** à leurs proches et dès que nécessaire et **oser demander de l'aide** ;
- éviter de sortir aux heures les plus chaudes et de pratiquer une activité physique ;
- maintenir leur logement frais (fermer fenêtres et volets la journée, les ouvrir le soir et la nuit s'il fait plus frais). Dans les établissements pour personnes âgées ou handicapées, l'activation, dans les départements concernés, du plan bleu permettra aux résidents de séjourner plusieurs heures par jour dans des pièces rafraîchies ;
- passer si possible 2 à 3 heures par jour dans un lieu frais (cinéma, bibliothèque municipale, supermarché...).

La Direction générale de la santé rappelle l'importance de la solidarité de tous vis-à-vis de ces personnes fragiles pour prévenir les conséquences sanitaires de cette vague de fortes chaleurs.

Petit mémo des signes d'alerte de déshydratation chez la personne âgée.

- Modification du comportement habituel, grande faiblesse, grande fatigue, difficulté inhabituelle à se déplacer.
- Maux de tête, étourdissements, vertiges, troubles de la conscience, voire convulsions.
- Nausées, vomissements, diarrhée, soif.
- Crampes musculaires.
- Température corporelle élevée (supérieure à 38,5°C).
- Agitation nocturne inhabituelle.

Les nourrissons et les jeunes enfants s'exposent aussi au risque de la déshydratation car ils transpirent beaucoup pour maintenir leur corps à la bonne température. Pour y remédier, ils doivent **boire abondamment surtout de l'eau** et **rester le moins possible exposés à la chaleur**. **Les nourrissons et les jeunes enfants ne doivent jamais être laissés en plein soleil ni être laissés seuls dans un véhicule.**

Les adultes (et notamment les **personnes travaillant en extérieur**) sont également concernés par les risques liés à la déshydratation. Ils doivent boire abondamment de l'eau ou **des boissons non alcoolisées** et **rester le moins possible exposés à la chaleur**. Il convient également d'éviter les efforts physiques intenses et de préserver l'intérieur de sa maison de la chaleur.

Pour toute information complémentaire :

Consulter le site Internet de votre préfecture ou de votre Agence Régionale de Santé.

Site du ministère chargé de la Santé : www.sante.gouv.fr

Site de Météo France : www.meteofrance.com

Site de l'Institut national de prévention et de d'éducation pour la santé : www.inpes.sante.fr

Plate-forme téléphonique nationale 0 800 06 66 66
(appel gratuit depuis un poste fixe en France)

Contact presse :

MICOM : 01.40.56.84.00 – presse-dgs@sante.gouv.fr