

Strasbourg, le 6 août 2015

## COMMUNIQUE DE PRESSE

### Vague de chaleur dans le département du Bas-Rhin

**Météo-France annonce une nouvelle vague de chaleur et place le département du Bas-Rhin en vigilance JAUNE à compter du jeudi 6 août à 16h00.**

Les températures pourraient atteindre de 34 à 37° le jour et de 19 à 23 ° la nuit.

#### L'ensemble des services sanitaires du département est mobilisé :

Il s'agit notamment :

- d'assurer une réponse adaptée du système de santé,
- de préparer les établissements accueillant des personnes âgées et en situation de handicap pour prévenir les risques liés à la chaleur,
- de mobiliser les services publics pour permettre l'assistance aux personnes fragiles,
- de suivre les indicateurs sanitaires (passage dans les services d'urgence, recours aux associations SOS médecins, incidents liés à la chaleur)
- de mettre en œuvre des actions d'information sur les mesures préventives à destination du public.

Les établissements de santé, médico-sociaux, services de soins infirmiers, à domicile, professionnels de santé libéraux, SAMU, pompiers et forces de l'ordre informeront de toute difficulté la préfecture et l'agence régionale de santé.

Compte tenu des conditions météorologiques, la Préfecture du Bas-Rhin rappelle également les recommandations sanitaires à suivre pour vous protéger et lutter contre les excès de chaleur :

- Si vous avez dans votre entourage des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite deux fois par jour.
- Accompagnez-les dans un endroit frais
- Si vous avez besoin d'aide, appelez la mairie
- Pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit
- Utilisez ventilateur et /ou climatisation si vous en disposez
- Sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grandes surfaces, cinémas...) trois heures par jour
- Rafraîchissez-vous plusieurs fois par jour au moyen d'un brumisateur, d'un gant de toilette, ou en prenant des douches ou des bains
- Buvez au moins 1,5 litres d'eau par jour, sans attendre la soif
- Continuez à manger normalement
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes
- Si vous devez sortir, portez un chapeau et des vêtements légers
- Limitez les activités physiques



PRÉFET DU BAS-RHIN

- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin

Pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et, dès que nécessaire, **n'hésitez pas à demander de l'aide.**

### **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, les jeunes enfants et les adultes (notamment les travailleurs exposés à la chaleur)** sont aussi exposés au risque de déshydratation car ils transpirent beaucoup pour maintenir leur corps à la bonne température.

Pour y remédier, ils doivent **boire abondamment surtout de l'eau ou des boissons non alcoolisées** (le surplus d'eau sera éliminé).

Dans tous les cas, il convient d'éviter les efforts physiques intenses, de rester le moins possible exposé à la chaleur, de ne pas rester en plein soleil et de préserver l'intérieur de sa maison de la chaleur.

### **Pour toute information complémentaire :**

Site du ministère chargé de la Santé : [www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr) dossier «canicule et fortes chaleurs»

Site de Météo France : [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

Site de l'Institut national de prévention et de d'éducation pour la santé : [www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr)

Numéro vert : 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe en France)