

## Épisode de chaleur accablante ou extrême – État de situation

Le 26 mai 2020

La chaleur s'installe de façon précoce à Montréal. La température a atteint 33 °C aujourd'hui et Environnement Canada prévoit une température moyenne de 33 °C le jour pour mercredi et jeudi, avec des températures minimales au-dessus de 20 °C la nuit. Ces températures élevées pourraient persister jusqu'à vendredi. Il y a un risque significatif d'une augmentation des décès lorsque la température atteint ces critères.

Certaines populations sont plus à risque de souffrir de la chaleur, notamment les personnes âgées de plus de 65 ans, les nourrissons et tout-petits (0 à 4 ans), les personnes seules et en perte d'autonomie, ou encore les personnes souffrant de maladies chroniques (cardiovasculaire, rénales, neurologiques, diabète, etc.) ou de problèmes de santé mentale (tout particulièrement les schizophrènes, toxicomanes ou alcooliques). Les effets sur la santé associés à la chaleur excessive incluent la déshydratation, l'épuisement dû à la chaleur et le coup de chaleur, de même que l'aggravation d'une maladie sous-jacente.

### À EFFECTUER :

1. Signaler à la DRSP tout décès dans un centre hospitalier constaté dans les 24 h suivant l'arrivée du patient et pour lequel la chaleur est un facteur ayant contribué au décès;
2. Signaler à la DRSP tous les cas de coup de chaleur.

Vous devez le faire en joignant la personne de garde en santé environnementale via téléavertisseur au 514-406-9670 (24 heures/7 jours).

### RECOMMANDATIONS :

#### 1. Surveiller la médication des patients :

Certaines classes de médicaments sont susceptibles d'aggraver le syndrome d'épuisement et de déshydratation et de contribuer au coup de chaleur. Il est recommandé de porter une attention spéciale aux catégories suivantes :

- Médicaments du système nerveux central;
- Médicaments des systèmes cardiovasculaire et rénal;
- Les médicaments du système hormonal;
- Médicaments des systèmes gastro-intestinal, urinaire, musculosquelettique et immunitaire.

Il n'est pas recommandé de cesser la prise ou de réduire la dose d'un médicament sous ordonnance sans réévaluation médicale. Cependant, cette clientèle étant à plus haut risque, les précautions mentionnées ci-après sont de mises.

#### 2. Conseils à donner aux patients :

- Prendre un répit de deux à trois heures dans un lieu frais ou climatisé;
- S'hydrater adéquatement, sans attendre d'avoir soif ou selon les quantités indiquées par le médecin;
- Boire avec modération les boissons alcoolisées ou à forte teneur en caféine ou très sucrées qui déshydratent;
- Prendre des douches et des bains fréquemment;
- Réduire les efforts physiques intenses et soutenus.

#### 3. S'assurer, au moment du congé et du retour à la maison des patients vulnérables ou ayant souffert de la chaleur :

- Que des proches du patient prennent de leurs nouvelles quotidiennement;
- Qu'une prise en charge soit faite par le Soutien à domicile.

### Pour plus de renseignements, consulter :

- Document d'information sur les médicaments et leurs effets indésirables : [https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/2036\\_medicaments\\_effets\\_canicule.pdf](https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/2036_medicaments_effets_canicule.pdf)
- Portail gouvernemental Quebec.ca – Prévenir les effets de la chaleur : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/prevenir-les-effets-de-la-chaleur-accablante-et-extreme/>