

Vague de chaleur extrême – Recommandations pour les pharmaciens

17 juin 2024

Une forte chaleur s'installe sur la région. Selon les prévisions d'Environnement et Changement climatique Canada, nous croyons que les critères de chaleur extrême seront atteints d'ici le 18 juin, soit une température moyenne pondérée maximale de 33 °C le jour et minimale de 3 20 °C la nuit. Ces températures élevées pourraient persister jusqu'au 21 juin. 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 personnes atteintes de schizophrénie ou d'un trouble de l'utilisation de substances comme des drogues ou l'alcool). 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, menant parfois au décès. Les personnes atteintes de maladies cardiovasculaires et présentant des problèmes de santé mentale sont particulièrement à risque de complications. La présence de plusieurs maladies chroniques peut aussi mener à une polymédication chez certaines personnes, les rendant aussi plus susceptibles aux effets de la chaleur. L'application des mesures préventives est essentielle chez ces personnes.

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 affectant le système nerveux central (p.ex. neuroleptiques, antiparkinsoniens, certains anti-dépresseurs ou stimulants);
- Médicaments affectant les systèmes cardiovasculaire et rénal (p.ex. bêtabloqueurs, certains inhibiteurs de l'ECA, certains diurétiques);
- 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 :

- Fréquenter des lieux frais ou idéalement climatisés plusieurs heures par jour;
- 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 frais fréquemment ou se rafraîchir avec une lingette;
- Réduire les efforts physiques intenses et soutenus;
- Se protéger du soleil et porter des vêtements légers.

3. S'assurer, pour les personnes vulnérables, lors de la consultation ou d'une livraison à domicile :

- Que des proches du patient prennent de ses nouvelles quotidiennement;
- D'identifier une ressource d'aide extérieur, dont les haltes fraîcheur;
- Au besoin, faire une référence auprès du CIUSSS pour qu'un suivi soit effectué.

Pour plus de renseignements, consulter :

- Site Internet de la Directrice de santé publique de Montréal : <https://ccsmtlpro.ca/drsp/drsp-sujets-de-z/drsp-chaueur-accablante>
- Site de la CSST pour les travailleurs : <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/identifier-corriger-risques/liste-informations-prevention/coup-chaueur>
- Document d'information sur les médicaments et leurs effets indésirables : [Médicaments et effets indésirables : recommandations cliniques en périodes de canicule | Institut national de santé publique du Québec \(inspq.qc.ca\)](#)
- 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-chaueur-accablante-et-extreme/>
 - Effets de la chaleur sur la santé : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/effets-de-la-chaueur-accablante-et-extreme-sur-la-sante/>