

## Communiqué de presse

Médecin cantonal: veille canicule

### **Rappel des règles à observer lors de grandes chaleurs**

**L'été approche et la période de la veille sanitaire en cas de canicule a débuté. Le médecin cantonal rappelle à cette occasion la nécessité de se protéger de la chaleur, de s'hydrater suffisamment et de faire preuve de solidarité envers ses proches et son voisinage. Une attention particulière doit être apportée aux plus vulnérables.**

Les fortes chaleurs peuvent entraîner des conséquences graves pour la santé, en particulier chez les personnes vulnérables. Les règles à observer sont :

- se protéger de la chaleur en restant chez soi et en évitant les activités physiques aux heures les plus chaudes,
- préserver la fraîcheur de la maison autant que possible en fermant les fenêtres et volets le jour et en les ouvrant la nuit,
- s'hydrater suffisamment, en buvant très régulièrement, sans attendre d'avoir soif,
- appeler le médecin traitant ou la centrale des médecins de garde en cas de malaise (0848 133 133) ou le 144 en cas de danger vital.

Une attention particulière doit être portée aux aînés, surtout lorsqu'ils sont seuls ou dépendants. Leur âge ou leur état de santé font qu'ils ne sentent pas toujours la chaleur, ils sont plus sensibles à ses effets et ne sont pas toujours en mesure de se protéger ou d'agir seuls face à la chaleur. A la maison ou en institution, ils peuvent avoir besoin d'une aide, de soins et d'une surveillance accrue. Il en va de même pour les enfants en bas âge et les personnes atteintes de maladie(s) chronique(s). Il appartient à chacun, famille, proches, voisins, d'être attentif à ces situations en particulier pendant les périodes de grandes chaleurs.

Les symptômes d'un coup de chaleur sont une faiblesse générale, température élevée, bouche sèche, confusion, vertiges, désorientation, nausées et crampes musculaires. Il faut alors agir rapidement: appeler un médecin sans tarder, faire boire la personne, la rafraîchir à l'aide de linges humides. Une documentation complète est à disposition sur [www.vd.ch/canicule](http://www.vd.ch/canicule), avec les conseils de prévention.

Pendant la période de veille canicule, du 1er juin au 31 août, le Service de la santé publique (SSP) est en contact permanent avec MétéoSuisse. Chaque jour, les prévisions météorologiques ainsi que des informations issues du système sanitaire permettent de juger au mieux de la situation. Lorsque les conditions l'imposent, MétéoSuisse émet un avis canicule (températures égales ou supérieures à 33°C-34°C pendant trois jours au moins), qui est transmis par le SSP aux partenaires du dispositif d'intervention avec, si besoin, une demande d'activation des dispositions propres à chaque acteur du domaine socio-sanitaire et aux communes afin de protéger les personnes les plus vulnérables.

Il est possible de monitorer la situation météorologique à l'aide de la carte des dangers naturels publiée sur le site internet de MétéoSuisse ([www.meteosuisse.ch](http://www.meteosuisse.ch)) ou en utilisant l'application gratuite pour smartphones. Celle-ci permet de s'abonner, sans frais, aux alertes canicules pouvant être personnalisées selon le lieu résidence ou de travail.

Lausanne, le 09/06/2017

**Renseignements complémentaires : DSAS, Isabelle Rossi, Médecin cantonal adjointe, 021 316 44 51**