



**Bureau d'information
et de communication**

Rue de la Barre 2
1014 Lausanne

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Campagne de sensibilisation

Canicule : 3 règles d'or pour bien passer l'été

Depuis le début de l'été, les températures ont déjà plusieurs fois dépassé les 30°C dans le canton de Vaud. Pour aider la population, à mieux vivre ces vagues de chaleur, le Service de la santé publique du canton de Vaud, lance une campagne d'information et de sensibilisation. Destinée aux personnes âgées, à leurs proches et aux professionnels de la santé, son objectif est de rappeler un certain nombre de précautions à prendre pour prévenir les risques liés à la canicule.

Chacun garde le souvenir de la canicule de 2003 et des décès supplémentaires enregistrés en Suisse entre les mois de juin et d'août. Afin d'éviter qu'une telle situation ne se reproduise, l'Office fédéral de la santé publique a publié différents documents d'information et de prévention. Ceux-ci sont diffusés dans le cadre d'une campagne de sensibilisation menée dans le canton de Vaud par sanimedia, la cellule d'information du Service de la santé publique en collaboration avec la Société vaudoise de médecine. Plus de 30'000 affichettes et papillons ont ainsi été envoyés aux professionnels de la santé (médecins, EMS, hôpitaux et centres médico-sociaux) et seront à disposition du public dans plus de 250 pharmacies et 130 bureaux de poste. Ces documents peuvent également être librement consultés et téléchargés sur www.sanimedia.ch

Les personnes âgées, seules ou malades sont particulièrement exposées

Les périodes de canicule sont éprouvantes pour chacun mais les personnes âgées, vivant seules et isolées socialement, ainsi que les personnes malades, sont les plus vulnérables. Leur âge ou leur état de santé font qu'elles ne sont pas toujours en mesure d'agir seules et de manière appropriée pour se protéger de la chaleur. A la maison ou en institution, elles ont besoin d'une aide, de soins et d'une surveillance accrue. Par conséquent, une prise de conscience du personnel soignant et des familles est indispensable pour protéger efficacement la santé des personnes fragiles.

Les symptômes possibles d'un coup de chaleur

Faiblesse générale, température élevée, bouche sèche, confusion, vertiges, désorientation, nausées et crampes musculaires constituent les symptômes habituels d'un coup de chaleur et de la déshydratation. Il faut alors agir rapidement: faire boire la personne, la rafraîchir à l'aide de linges humides et appeler un médecin sans tarder.

3 règles d'or pour les personnes âgées lors de grandes chaleurs

1. Se reposer

- Rester chez soi, réduire l'activité physique

2. Laisser la chaleur dehors - Se rafraîchir

- Fermer fenêtres, volets, stores et rideaux le jour, bien ventiler la nuit

- Porter des vêtements clairs, amples et légers

- Rafraîchir l'organisme: douches froides, linges humides sur le front et la nuque, compresses froides sur les bras et les mollets, bains de pieds et de mains froids

3. Boire beaucoup - Manger léger

- Boire frais régulièrement et au moins 1,5 l par jour, sans attendre d'avoir soif

- Consommer des repas froids riches en eau: fruits, salades, légumes, produits laitiers.

Pour en savoir plus

Les différents documents disponibles sur les effets de la canicule, les précautions à prendre et le comportement à adopter, ainsi que des dépliants d'explication sur les changements climatiques, la sécheresse et la canicule, peuvent être consultés et téléchargés sur www.sanimedia.ch, commandés au 0800 106 106 ou à info@sanimedia.ch

Bureau d'information et de communication de l'Etat de Vaud

Lausanne, le 24 juin 2005

RENSEIGNEMENTS POUR LA PRESSE UNIQUEMENT

DSAS, Josefina Trebeljahr, Service de la santé publique, tél. 021 316 42 99

TÉLÉCHARGEMENT(S)

[CO_canicule 2005](#)

[Canicule_flyer](#)