

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Le Canton renforce la prévention en cas de fortes chaleurs

Les vagues de chaleur - de plus en plus intenses et nombreuses - peuvent avoir des effets sur la santé même en dehors des périodes de canicule et peuvent concerner l'ensemble de la population. Des solutions simples permettent de se protéger et sont à appliquer durant toute la période estivale. Le Canton propose un nouveau site web avec des conseils de prévention et des outils de communication entièrement revus. La veille canicule est active du 1^{er} juin au 31 août et implique une vigilance accrue de la part de l'ensemble des partenaires.

La chaleur impacte la santé de chacun. Elle peut causer notamment déshydratation et coup de chaleur, voire entraîner le décès. Elle peut surtout aggraver des maladies déjà présentes telles que les maladies cardiovasculaires, respiratoires et rénales ainsi que les troubles mentaux. La pollution de l'air et l'humidité augmentent les risques. Les atteintes à la santé peuvent survenir dès le premier jour de fortes chaleurs et durer jusqu'à une semaine après l'épisode.

Avec le changement climatique, les périodes de grandes chaleurs ne sont plus cantonnées à quelques événements caniculaires. La comparaison avec le passé indique que le phénomène prend de l'ampleur au fil des années. Selon MétéoSuisse, l'année 2022 a battu de nombreux records en termes de nombre d'heures d'ensoleillement (1610), de températures supérieures à 30°C (41 journées), de vagues de canicules (3) et de précocité (dès la mi-juin).

Le DSAS intensifie les conseils de prévention et propose un nouveau site www.vd.ch/chaleur en marge de son plan canicule. Des solutions simples permettent de se protéger et sont à appliquer durant toute la période estivale. Comment se rafraîchir ou se préparer pour un effort physique, explications sur les réactions du corps à la chaleur, recette de boisson hydratante, conseils spécifiques pour les personnes vulnérables ou lors d'effort physique, protéger sa peau et ses yeux : le site recense de nombreux conseils et informations utiles et applicables pour la population comme pour les professionnels du secteur sociosanitaire, les organisateurs de manifestations sportives, le personnel de structures de prise en charge d'enfants ou encore les communes. Il propose également aux partenaires des flyers, affiches et

animations.

Savoir reconnaître les signaux d'alerte et agir

Les signaux d'alerte en cas d'atteinte à la santé liée à la chaleur sont : vertiges ou évanouissement, nausées ou vomissements, fatigue, maux de tête, courbature ou crampes, respiration rapide et rythme cardiaque élevé, soif extrême et urine de couleur foncée, voire absente. En cas de doutes sur l'état de santé, un appel au médecin ou à la Centrale téléphonique des médecins de garde, au 0848 133 133, est recommandé.

Si un coup de chaleur survient, il s'agit d'une urgence vitale dont les signes supplémentaires sont une température élevée (> 40°C chez l'adulte ou > 38°C chez l'enfant), un état confusionnel, la perte de connaissance, la peau sèche qui ne transpire plus. Il faut alors appeler sans attendre le 144 et, en attendant les secours, rafraîchir la personne atteinte.

Plan canicule

Depuis 2009, l'Etat de Vaud dispose d'un plan canicule cantonal qui vise à protéger la santé de la population des effets des vagues de chaleur, à limiter la surcharge du système sanitaire et à coordonner les différents acteurs appelés à intervenir dans ce type de situation. La veille canicule est active du 1er juin au 31 août et implique une vigilance accrue des autorités et des partenaires.

Les plans canicule sont déclenchés selon l'intensité et de la durée de la vague de chaleur prévue. Dans cette situation, les communes mettent en place des visites à domicile des personnes les plus vulnérables et/ou des prises de contact téléphoniques avec celles-ci ; la Centrale téléphonique des médecins de garde (0848 133 133) renforce son dispositif, dont l'objectif est de fournir des conseils de prévention, d'informer et orienter rapidement les personnes avec des symptômes ou des critères de risque et de conseiller les visiteurs communautaires au domicile des plus vulnérables ; les institutions sociosanitaires (EMS, CMS, Hôpitaux, ESE, etc.) participent activement au dispositif canicule avec le renforcement des mesures de prévention et de protection de leurs patients, résidents, ou usagers.

Soleil et peau, attention danger

L'exposition au soleil et à ses rayons ultraviolets (UV) augmente durant l'été, notamment durant les loisirs. A court terme, elle peut provoquer des coups de soleil et, à long terme, endommager les yeux et favoriser le développement de cancers de la peau. En forte progression, le mélanome de la peau est le quatrième cancer le plus fréquent en Suisse, avec environ 3100 nouveaux cas diagnostiqués chaque année. Les enfants sont particulièrement vulnérables aux effets nocifs du rayonnement UV, car les mécanismes naturels d'autoprotection de leur peau ne sont pas encore entièrement développés. Pour protéger adultes et enfants, le DSAS recommande d'éviter l'exposition entre 11h et 15h, de porter chapeau, lunettes et vêtements adéquats et mettre de la crème solaire avec un indice de protection suffisant (minimum 50 pour les enfants).

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

Lausanne, le 14 juin 2023

RENSEIGNEMENTS POUR LA PRESSE UNIQUEMENT

DSAS, Stéphanie Boichat Burdy, médecin cantonale adjointe, [medias.sgdsas\(at\)vd.ch](mailto:medias.sgdsas(at)vd.ch)