**Bureau d'information et de communication**

Rue de la Barre 2
1014 Lausanne

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE

CANICULE

## Rappel des règles à observer lors des températures estivales et des grandes chaleurs

**L'été a bien démarré et MétéoSuisse annonce des températures qui dépassent 30°C ces prochains jours. Le médecin cantonal rappelle qu'il est important de se protéger de la chaleur estivale, de s'hydrater suffisamment et de porter une attention particulière aux plus vulnérables comme les personnes âgées, celles souffrant de maladies psychiques ou chroniques ainsi que les jeunes enfants.**

Une canicule se caractérise par des températures supérieures à 33°-34°C pendant trois jours consécutifs au moins et peut avoir des conséquences graves sur la santé de chacune et chacun, en particulier des personnes vulnérables. Lors de fortes chaleurs et même si les critères de canicule ne sont pas atteints, il est important d'observer les mesures de prévention suivantes:

- Se protéger de la chaleur en restant chez soi et en évitant les activités physiques aux heures les plus chaudes,
- Préserver la fraîcheur du logement autant que possible en fermant les fenêtres et les volets (ou stores) le jour et en les ouvrant la nuit,
- S'hydrater suffisamment, en buvant très régulièrement, sans attendre d'avoir soif,
- En cas de malaise appeler le médecin traitant
  ou la Centrale des médecins de garde (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. À 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 et 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 agir immédiatement et appeler un médecin, faire boire la personne et la rafraîchir à l'aide de linges humides. Un dépliant avec des conseils de prévention est à disposition sur www.vd.ch/canicule.

Pendant la période de veille sanitaire canicule, qui dure du 1er juin au 31 août, le Service de la santé publique est en contact permanent avec MétéoSuisse. Chaque jour, les prévisions météorologiques ainsi que des informations issues du système sociosanitaire permettent de juger au mieux de la situation. Lorsque MétéoSuisse émet un avis canicule (températures égales ou supérieures à 33°C-34°C pendant trois jours au moins), le Service de la santé publique demande aux partenaires associés au dispositif canicule (institutions sociosanitaires, communes) de prendre des mesures supplémentaires afin de protéger les personnes les plus vulnérables.

Il est possible de s'informer sur la situation météorologique à l'aide de la carte des dangers naturels, publiée sur le site internet de MétéoSuisse (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.

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

Lausanne, le 29 juin 2018

DSAS, Dr Karim Boubaker, médecin cantonal, Direction générale de la santé

www.vd.ch/canicule
site internet de MétéoSuisse