



PRÉFET DU BAS-RHIN

CABINET DU PRÉFET
Pôle de la communication
interministérielle

Strasbourg, le 25 juillet 2013

COMMUNIQUE DE PRESSE

AVERTISSEMENT VAGUE DE CHALEUR DANS LE DEPARTEMENT DU BAS-RHIN (vigilance jaune) – Niveau 2 du plan canicule

Météo-France annonce que **la vague de chaleur** qui touche le département depuis plusieurs jours **va perdurer au moins tout le week-end**.

Les températures atteindront 30 à 34° le jour et 18 à 20 ° la nuit. Le département est placé en **vigilance JAUNE**.

L'ensemble des services sanitaires du département sont mobilisés et les mesures de prévention prévues dans le plan canicule sont mises en œuvre.

Il s'agit notamment :

- d'assurer une réponse adaptée du système de santé,
- de mobiliser les établissements accueillant des personnes âgées et en situation de handicap pour prévenir les risques liés à la chaleur,
- de mobiliser les services publics pour permettre l'assistance aux personnes fragiles,
- de suivre les indicateurs sanitaires (passage dans les services d'urgence, recours aux associations SOS médecins, incidents liés à la chaleur)
- de mettre en œuvre des actions d'information sur les mesures préventives à destination du public.

Les établissements de santé, médico-sociaux, services de soins infirmiers, à domicile, professionnels de santé libéraux, SAMU, pompiers et forces de l'ordre informeront de toute difficulté la préfecture et l'Agence Régionale de Santé.

Compte tenu des conditions météorologiques, la Préfecture du Bas-Rhin rappelle également les recommandations sanitaires à suivre pour vous protéger et lutter contre les excès de chaleur :

- Si vous avez dans votre entourage des personnes âgées, souffrant de maladies chroniques ou isolées, prenez de leurs nouvelles ou rendez leur visite deux fois par jour.
- Accompagnez-les dans un endroit frais
- Si vous avez besoin d'aide, appelez la mairie
- Pendant la journée, fermez volets, rideaux et fenêtres. Aérez la nuit.
- Utilisez ventilateur et /ou climatisation si vous en disposez
- Sinon essayez de vous rendre dans un endroit frais ou climatisé (grandes surfaces, cinémas...) trois heures par jour
- Rafraîchissez-vous plusieurs fois par jour au moyen d'un brumisateur, d'un gant de toilette, ou en prenant des douches ou des bains
- Buvez au moins 1,5 litres d'eau par jour, sans attendre la soif
- Continuez à manger normalement
- Ne sortez pas aux heures les plus chaudes
- Si vous devez sortir, portez un chapeau et des vêtements légers

- Limitez les activités physiques
- En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin

Pensez à donner régulièrement de vos nouvelles à vos proches et, dès que nécessaire, **n'hésitez pas à demander de l'aide.**

Petit mémo des signes d'alerte de déshydratation chez la personne âgée.

- Modification du comportement habituel, grande faiblesse, grande fatigue, difficulté inhabituelle à se déplacer.
- Maux de tête, étourdissements, vertiges, troubles de la conscience, voire convulsions.
- Nausées, vomissements, diarrhée, soif.
- Crampes musculaires.
- Température corporelle élevée (supérieure à 38,5°C).
- Agitation nocturne inhabituelle.

Les nourrissons, les jeunes enfants et les adultes (notamment les travailleurs exposés à la chaleur) sont aussi exposés au risque de déshydratation car ils transpirent beaucoup pour maintenir leur corps à la bonne température. Pour y remédier, ils doivent **boire abondamment surtout de l'eau ou des boissons non alcoolisées** (le surplus d'eau sera éliminé).

Dans tous les cas, il convient d'éviter les efforts physiques intenses, de rester le moins possible exposé à la chaleur, de ne pas rester en plein soleil et de préserver l'intérieur de sa maison de la chaleur.

Pour toute information complémentaire :

Site du ministère chargé de la Santé : www.sante.gouv.fr dossier « canicule et fortes chaleurs »

Site de Météo France : www.meteofrance.com

Site de l'Institut national de prévention et de d'éducation pour la santé : www.inpes.sante.fr

Numéro vert : 0 800 06 66 66 (appel gratuit depuis un poste fixe en France)