

Pour diffusion immédiate

**Premier avertissement de chaleur de l'été:
La directrice régionale de santé publique de Montréal
rappelle les mesures de prévention**

Montréal, le 30 juin 2018

Montréal connaît son premier avertissement de chaleur de l'été et la directrice régionale de santé publique de Montréal, Dre Mylène Drouin, rappelle à la population les principales mesures de prévention à adopter pour éviter les problèmes de santé liés à la chaleur.

« Les mesures les plus efficaces pour se protéger des effets néfastes de la chaleur sur la santé sont de passer quelques heures par jour dans un endroit frais, idéalement climatisé, de boire beaucoup d'eau, sans attendre d'avoir soif et de réduire les efforts physiques. » indique Dre Drouin, qui ajoute: « Ces mesures sont particulièrement recommandées pour les jeunes enfants, les personnes âgées, et celles qui souffrent de maladie chronique, de problèmes de santé mentale, ou encore, de dépendance à l'alcool ou aux drogues. »

Effets de la chaleur sur la santé

En période de grande chaleur, toute la population peut souffrir de problèmes de santé allant de la déshydratation au coup de chaleur, en passant par la fatigue, les étourdissements ou les malaises. Toutefois, les personnes qui souffrent de maladies cardiovasculaires, respiratoires ou rénales, de diabète ou de problèmes de santé mentale ou de toxicomanie peuvent en plus voir leur capacité à répondre adéquatement à la chaleur s'affaiblir et leur état de santé s'aggraver.

Vigilance auprès des personnes à risque et des jeunes enfants

Dre Drouin conseille à la population de prendre des nouvelles de leurs proches qui sont âgés ou qui souffrent de problèmes de santé physique ou mentale afin de les aider en cas de besoin ou de les accompagner vers un endroit climatisé. « En ce qui concerne les jeunes enfants, on n'insistera jamais assez sur l'importance de ne jamais les laisser seuls dans les véhicules automobiles, même pour quelques minutes. » conclut-elle.

En présence de symptômes, communiquez avec Info-Santé en composant le 8-1-1 ou consultez un professionnel de la santé. En cas d'urgence, appeler le 9-1-1.

[Pour en savoir plus sur la chaleur](#)

- 30 -

Source : Direction régionale de santé publique du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Informations : relations.medias.ccsmtl@ssss.gouv.qc.ca

Du lundi au vendredi, de 8 h à 16 h : 514 376-3748

Soirs et fins de semaine : 514 528-2477

