



Soins de santé communautaires pendant une chaleur accablante

Maladies provoquées par la chaleur : prévention et soins préliminaires

Cette fiche de renseignements s'adresse aux travailleurs de la santé qui travaillent dans les installations communautaires et aux domiciles des patients et des clients.

Maladies provoquées par la chaleur et personnes à risque élevé

Reconnaître les risques

Les populations les plus à risque de maladies et de décès provoqués par la chaleur pendant une chaleur accablante :

- Les personnes confinées au lit ou qui ont une capacité limitée à l'égard des soins personnels.
- Les personnes ayant une maladie préexistante sont plus vulnérables au risque de maladie liée à la chaleur. Cela comprend les maladies cardiovasculaires, pulmonaires, rénales et psychiatriques.
- Les personnes seules et sans réseau de soutien social vivant dans des milieux résidentiels chauds.

Planifier pour l'été et la chaleur accablante

Vérification des connaissances et plan d'action pour les gestionnaires et le personnel

- Veiller à ce que votre organisation ait un plan d'urgence à jour en cas de chaleur accablante.
- Planifier une coordination avec les autres organismes.
- Connaître vos partenaires et maintenir le plan de coordination avec les autres services pendant les chaleurs accablantes.
- Éduquer et former le personnel en matière de chaleur accablante et de maladies liées à la chaleur au début du printemps.
- Informer le personnel des plans d'urgence liés à la chaleur accablante (p. ex. la dotation en personnel, répondre aux besoins des clients).
- Accroître la sensibilité du personnel sur les options de rafraîchissements publics (p. ex. les piscines, les aires à jets d'eau, les espaces verts ombragés, les bibliothèques, les centres commerciaux).
- Pendant une chaleur accablante, examiner l'information clé des *Fiches de renseignements* avec les volontaires et le personnel.
- Pendant une période de chaleur accablante, examiner la gestion clinique des patients et des résidents les plus à risque, soit en raison de mobilité réduite, de maladies chroniques (pulmonaires, cardiovasculaires, rénales), ou de certains médicaments. (*Se référer à la Fiche de renseignements de Santé Canada sur les soins actifs.*)

Soins communautaires – Évaluer les maladies provoquées par la chaleur et se renseigner à leur sujet

Liste de vérification au moment de visiter le client

URGENT: Si le client ne répond pas à la porte pour une visite prévue :

- Avertir votre bureau ou votre superviseur
- Tenter d'appeler le client, et s'il ne répond pas :
 - Téléphoner aux personnes-ressources en cas d'urgence du client pour leur demander de voir au bien-être du client
 - Suivre toute autre procédure requise par votre organisation

En entrant dans le domicile du client, vérifiez la façon dont il se débrouille avec la chaleur.

- Observer l'environnement et le domicile
- Présente-t-il des signes physiques de détresse?
 - Est plus lent à répondre à la porte
 - Semble souffrant ou se plaint de ne pas se sentir bien
 - Semble désorienté

9

1

1

Si le client est plus confus que d'habitude et qu'il est très chaud, appeler le 911. Ce peut être causé par un coup de chaleur et une urgence médicale est nécessaire.

Soins de santé communautaires pendant une chaleur accablante

Maladies provoquées par la chaleur : prévention et soins préliminaires

Soins communautaires – Évaluer les maladies provoquées par la chaleur et se renseigner à leur sujet

Si le client n'est pas en détresse, vérifier encore plus la façon dont il fait face à la chaleur.

- Le client se sent-il mal à l'aise à cause de la chaleur?
- A-t-il accès à un ventilateur, à l'air climatisé, à un frigo, à un téléphone, à du soutien social?
- Le client est-il à risque d'exposition à la chaleur accablante?
 - Le client a des problèmes de mobilité, mentaux et/ou de santé physique
 - Le client n'a pas la capacité physique et/ou mentale de s'évader de la chaleur
 - Le client manque d'accès aux services de transport
 - Le client a besoin d'aide pour garder son milieu frais ou se déplacer vers un endroit plus frais?

Le client présente-t-il des signes de maladies liées à la chaleur :

- | | | |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> soif extrême | <input type="checkbox"/> maux de tête | <input type="checkbox"/> respiration et fréquence cardiaque rapides |
| <input type="checkbox"/> coloration de la peau inhabituelle | <input type="checkbox"/> perte de connaissance | <input type="checkbox"/> crampes musculaires |
| <input type="checkbox"/> fatigue | <input type="checkbox"/> nausées | <input type="checkbox"/> diminution de la miction avec une urine jaune foncé anormale |
| <input type="checkbox"/> faiblesse | <input type="checkbox"/> vomissements | |
| <input type="checkbox"/> étourdissements | | |

Mesures pour aider les clients à éviter les maladies liées à la chaleur

- Fournir des soins (ou aider à coordonner les soins)
- Éduquer les clients (et les fournisseurs de soins) sur la façon de se rafraîchir
- Informer les clients des options de rafraîchissement locales et des services communautaires pour aider à répondre aux besoins du client
- Fournir au client une fiche de renseignements de Santé Canada appropriée

Garder la personne rafraîchit

- Utiliser de l'eau froide pour :
 - S'éponger ou se baigner
 - Se vaporiser la peau en même temps que s'éventer
 - Mouiller un linge et le mettre sur la nuque et/ou sous les aisselles
- Informer le patient ou le client de :
 - Porter des vêtements amples, de couleur claire, faits de tissus qui permettent la circulation de l'air (p. ex. coton)
 - Buvez beaucoup d'eau, même si vous n'avez pas soif
 - Mangez plus de fruits et de légumes, car ils contiennent beaucoup d'eau
 - Avoir un verre d'eau à la portée de la main – s'assurer qu'il est près du client avant de quitter les lieux
 - Encourager votre client à connaître les températures intérieure et extérieure. Modifier l'activité physique selon la température

Garder la maison fraîche et les aliments en sûreté

- Fermer les fenêtres, les stores et les rideaux pendant la période la plus chaude de la journée
- Ouvrir les fenêtres, les stores et les rideaux lorsque la température est plus fraîche dans la soirée
- Utiliser des ventilateurs électriques, un climatiseur pour refroidir les lieux ou faire circuler l'air
- Si la maison devient trop chaude, recommander au client de se rendre à des endroits publics pour se rafraîchir (p. ex. piscine, espaces verts ombragés, bibliothèques, centres commerciaux). L'intervalle de température idéale est évalué au cas par cas
- Ne pas utiliser le four. Utiliser plutôt les éléments de la cuisinière ou le four microondes pour chauffer les aliments
Ou encore, avoir des repas qui ne nécessitent pas de réchauffement. Essayez les recettes sans cuisson du Guide alimentaire canadien
- Veiller à ce que la nourriture soit correctement entreposée dès que le repas est terminé, et jeter toute nourriture gâtée. C'est particulièrement important à la suite d'une panne d'électricité

Pour des renseignements supplémentaires, référez-vous au document de Santé Canada intitulé *Lignes directrices à l'intention des travailleurs de la santé pendant les périodes de chaleur accablante : Un guide technique*

Pour de plus amples informations, faites parvenir un courriel à l'adresse : Climatinfo@hc-sc.gc.ca