

AVIS DE SANTÉ PUBLIQUE

PAR COURRIEL SEULEMENT

DESTINATAIRES : Organismes communautaires de la Montérégie

EXPÉDITEUR : Direction de santé publique de la Montérégie

DATE : Le 18 juin 2020

OBJET : Avis de santé publique : Prévenir les décès chez les personnes âgées isolées

Nous vivons actuellement une situation de chaleur extrême qui peut avoir des conséquences sur la santé en Montérégie, particulièrement chez les personnes âgées vivant seules.

La Direction de santé publique invite les organismes du milieu œuvrant auprès des personnes âgées à transmettre les recommandations suivantes :

- boire de 6 à 8 verres d'eau par jour (ou selon les indications du médecin, s'il y a lieu);
- passer au moins 2 heures par jour dans un endroit climatisé ou frais dans la mesure du possible, dans le contexte de la pandémie actuelle (respect de la distanciation sociale);
- prendre au moins une douche ou un bain frais par jour ou se rafraîchir plusieurs fois la peau avec une débarbouillette mouillée;
- réduire les efforts physiques;
- porter des vêtements légers;
- garder le domicile frais (fermer les rideaux et fenêtres exposées au soleil; ventiler à des heures plus fraîches, éviter l'utilisation du four).

Certaines personnes peuvent demander une aide accrue. Des mesures de soutien visant les personnes âgées peuvent être offertes par les municipalités. Pour connaître ces mesures, visiter le site web ou contacter le service de sécurité incendie.

Même lorsque la chaleur redescendra, une accumulation de chaleur dans les édifices est possible et peut amener des conséquences sur la santé pendant quelques temps. Il est donc important de rejoindre ces personnes afin de s'assurer de leur bon état de santé et leur donner les consignes et le soutien nécessaire pour éviter que leur état de santé ne se détériore.

Voici des outils pouvant être utilisés par les intervenants lors de ces visites :
<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/sujets/chaleur-accablante>.