CANICULE : LA SANTÉ PUBLIQUE EN ALERTE

Avec la vague de chaleur sans précédent pour un mois de juin, le niveau 3 du plan canicule a été déclenché sur plusieurs départements, dont Paris et les Yvelines. Joël Ankri, professeur en Santé publique et gériatrie nous livre ses conseils.

La canicule se caractérise par des températures hautes en journée et qui ne baissent pas suffisamment la nuit pour rafraîchir l'air. Si ces conditions météorologiques ont un impact sur l'ensemble de la population, ce sont certaines professions ou encore les personnes fragilisées, comme les jeunes enfants ou les personnes âgées qui en souffrent le plus. Des gestes de prévention s'avèrent nécessaires.

« Les conseils de bon sens s'appliquent à tous, explique Joël Ankri, enseignant-chercheur rattaché au laboratoire Vieillissement et Maladies chroniques : approches épidémiologique et de santé publique (VIMA - UMR1168 Inserm/UVSQ) et gériatre à

l'hôpital AP-HP Sainte-Périne : ne pas rester en plein soleil, éviter de pratiquer une activité physique aux heures les plus chaudes, s'hydrater en buvant suffisamment et en gardant une alimentation normale avec notamment beaucoup de fruits et légumes, utiliser les moyens de rafraîchissement tels que des ventilateurs, des brumisateurs. »

Les problèmes sont liés à la température qui reste haute le jour et même la nuit, et ce pendant un laps de temps qui se prolonge. Les prévisions météorologiques ont permis d'alerter les professionnels de santé depuis plusieurs jours déjà.

Néanmoins, la vigilance reste de mise.

Tout le monde a encore à l'esprit la crise de l'été 2003, pendant laquelle 15000 personnes sont décédées. Aujourd'hui et depuis plusieurs années déjà, tout est mis en œuvre pour éviter une nouvelle catastrophe sanitaire.

« Depuis les épisodes vécus, précise le gériatre, l'ensemble du système hospitalier et des maisons de retraite est bien sensibilisé à cette configuration désormais. Suite à l'alerte niveau 3 du plan canicule, une cellule de crise a été mise en place. Quand on vieillit, on transpire moins, on éprouve des difficultés à réguler sa température corporelle. D'où le risque accru d'attraper un coup de chaleur. Dans les structures, pour y remédier, on agit par la climatisation, des conseils de réhydratation, la mise à disposition de brumisateurs. »

Dans les immeubles, plus on grimpe dans les étages et plus la chaleur est forte. Il faut conserver au maximum la fraîcheur des lieux de vie, en fermant ses volets ou persiennes en journée, par exemple.

« Et il est essentiel que voisins ou autres gardent un contact régulier avec les personnes isolées, en particulier les personnes âgées, afin de s'assurer qu'elles vont bien », rappelle Joël Ankri.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

En savoir plus

- Laboratoire Vieillissement et Maladies chroniques : approches épidémiologique et de santé publique (VIMA - UMR1168 Inserm/UVSQ)
- Hôpital AP-HP Sainte-Périne