

LE COUP DE CHALEUR DES INTERVENANTS

Les périodes estivales entraînent parfois des vagues de chaleur voire des épisodes de canicule. Sur ces périodes le risque de déshydratation augmente notamment en présence de fortes chaleurs lors d'un effort intense.

Durant l'été 2003, 15 décès probables par coup de chaleur ont pu être dénombrés en milieu professionnel. Les sapeurs-pompiers sont particulièrement soumis à ce risque.

FACTEURS DE RISQUE :

- *journée chaude* avec faible écart de température la nuit
- *charge physique importante* : activité physique intense, durée, présence d'équipements de protection individuel (intervention pour feu).
- *facteurs individuels* : fatigue, mauvaise condition physique, manque d'hydratation.



LA PREVENTION EN INTERVENTION :

- *se refroidir* : ouvrir la veste textile en dehors de la zone d'exclusion; en l'absence de réengagement rapide retirer la veste textile et la retourner à l'envers (pour que la membrane refroidisse) ; au repos, retirer le surpantalonn et les autres EPI.
- *ne pas mouiller les EPI.*
- *s'hydrater* : durant l'année de l'eau doit être emporté de manière systématique dans les véhicules d'incendie. En période de fortes chaleurs, cette dotation doit être majorée. Engagé en tenue de feu ou exposé de façon prolongée à la chaleur, il est fondamental de **boire sans attendre la soif**. L'hydratation doit être régulière, en quantité modérée (500 ml maximum par prise toutes les 15 à 20 minutes). La boisson à utiliser est de l'eau non glacée et non gazeuse. Les jus de fruits et les sodas ne doivent pas être utilisés en situation opérationnelle. Les boissons énergisantes ne doivent pas être utilisées en situation de travail.



LE MALAISE :

Tout malaise intervenant dans un contexte de contrainte de chaleur est un coup de chaleur

- *signes annonciateurs* : grande fatigue, vertiges, nausées, vomissements, crampes musculaires.
- **URGENT :**
 - *stopper l'activité* physique et mettre en zone sécurisée,
 - *déshabiller* au maximum,
 - *asperger* avec de l'eau et provoquer un *courant d'air*,
 - si conscient faire *boire* par petite gorgée,
 - *informer* le COS.



LE RENFORT MEDICAL :

- Il est important que les signes annonciateurs soient connus pour pouvoir être repérés.
- si *engagement du soutien sanitaire opérationnel*, l'infirmier sapeur-pompier doit être alerté dès les premiers signes. L'engagement de l'infirmier dans le cadre du malaise permettra de mettre en place les premiers soins techniques (PISU).
- En *l'absence de soutien sanitaire*, le médecin régulateur par l'intermédiaire du CODIS doit être informé ainsi que le Médecin Chef du SSSM.