Coup de chaleur au travail

Quels sont les signaux d'alerte ?

→ fièvre

→ pouls et respiration rapides

→ maux de tête

→ nausées voire vomissements

→ peau sèche, rouge et chaude

→ confusion, comportement étrange, délire, voire convulsions

→ perte de connaissance éventuelle

Quelles sont les conduites à tenir ?

→ **Si la victime est consciente :**

→ l'amener à l'ombre ou dans un endroit frais et bien aéré

+

→ lui enlever les vêtements

+

→ la rafraîchir en faisant couler de l'eau froide sur le corps

+

→ lui donner à boire de l'eau fraîche

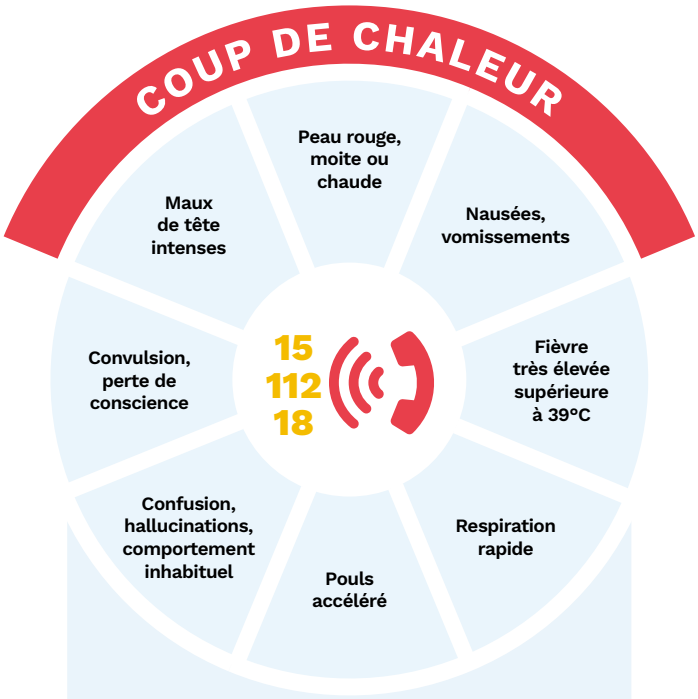
→ Dans tous les cas, vous devez **impérativement** alerter ou faire alerter les secours : Samu (15) ou numéro d'appel européen des services de secours (112)

→ **Si la victime perd connaissance :**

→ la mettre en position latérale de sécurité et la surveiller en attendant l'arrivée des secours

Plus d'informations sur : www.inrs.fr/chaleur

Malaises liés à la **chaleur :** les **signes à surveiller**



Si vous ressentez des signes d'alerte, agissez !

- **Déplacez-vous** vers un endroit plus frais, à l'ombre.
- **Enlevez** le plus de vêtements possible (bas et chaussures compris).
- **Aspergez-vous** d'eau et rafraîchissez-vous en vous appliquant des serviettes humides sur la tête, le visage ou le cou.
- **Buvez de l'eau** ou une boisson désaltérante.
- **Demandez** de l'assistance médicale si vous ne vous sentez pas mieux.
- **Demandez** qu'on reste avec vous jusqu'à ce que l'aide arrive.

Si vous constatez un signe d'urgence, appelez les secours !

- **Restez** avec la personne jusqu'à ce que les secours arrivent.
- **Suivez** les consignes du 18 ou du 15.
- **Déplacez** la personne à l'ombre ou dans un endroit frais.
- **Enlevez-lui** le plus de vêtements possible (bas et chaussures compris).
- **Mouillez-lui** la peau et les vêtements avec de l'eau fraîche ; appliquez des serviettes/compresses humides sur la tête, le cou et les membres.
- **Proposez** des petites gorgées d'eau si la victime est consciente et ne présente pas de troubles digestifs.

Source : Centre canadien d'hygiène et de santé au travail. www.cchst.ca