

FEUX DE FORÊT



La gravité et la fréquence des feux incontrôlés au Canada augmentent.

La fumée des feux de forêt accroît le risque d'accident vasculaire cérébral, de crise cardiaque et d'exacerbation des troubles respiratoires, et peut empêcher l'accès aux médicaments.

En outre, certaines populations de patients sont particulièrement vulnérables aux effets des feux de forêt sur la santé, notamment les femmes enceintes, les personnes plus âgées, les jeunes enfants et les personnes aux prises avec une maladie chronique (p. ex. la BPCO, l'asthme et la maladie cardiovasculaire).

CONSEILS POUR LA SAISON DES FEUX DE FORÊT



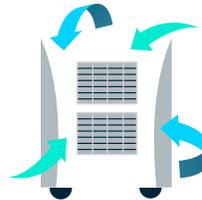
Les personnes atteintes d'une maladie chronique devraient toujours avoir des médicaments de secours avec eux et conserver à la maison des médicaments en quantité suffisante pour 7 Jours.



Restez hydratés; prenez soin de votre santé mentale en mangeant bien, en faisant de l'exercice à l'intérieur et en consultant des ressources sur la santé mentale.



Réduisez votre exposition à la fumée, conseil qui vise surtout les femmes enceintes, les personnes âgées et les jeunes enfants, ainsi que les personnes souffrant d'une maladie chronique (p. ex. BPCO/asthme/ maladie cardiovasculaire).



Si possible, utilisez un purificateur d'air à la maison et gardez les fenêtres fermées.



Réduisez les activités extérieures; si vous devez vous déplacer, portez un masque N95 bien ajusté.



Surveillez la cote air santé (CAS) et prenez note des messages relatifs à la qualité de l'air (1-5 = risque faible, 4-6 = risque modéré, 7-10 = risque élevé, >10 = risque très élevé).



Parmi les symptômes d'inhalation de fumée qui sont légers, notons le mal de tête, la toux et l'irritation du nez ou de la gorge. Demandez une assistance médicale d'urgence si les symptômes s'aggravent ou si la personne s'évanouit, a de la difficulté à respirer ou présente des douleurs thoraciques.

Renseignements supplémentaires sur la fumée des feux de forêt à l'intention des professionnels de la santé.



Renseignements supplémentaires sur les trousse d'urgence et sur ce qu'il faut faire avant, durant et après la saison des feux de forêt.

