



MALAISES LIÉS À LA CHALEUR

LES SIGNES À SURVEILLER



Fièvre



Palpitation, respiration rapides



Maux de tête



Etourdissements, vertiges



Sudation abondante



Courbatures, crampes musculaires



Nausées, vomissements



Peau sèche, rouge et chaude



Confusion, comportement inhabituel, délire



Convulsion, perte de connaissance éventuelle



Soif intense

Ces signes peuvent être révélateurs d'une déshydratation, d'un épuisement dû à la chaleur ou d'un coup de chaleur. Ils ne doivent pas être négligés !

ALERTER OU FAIRE ALERTER



Les secouristes du travail



Les secours extérieurs

15 : SAMU

112 : N° européen de secours d'urgence

SECOURIR



Amener la victime dans un endroit frais et aéré



Enlever le plus de vêtements possible



Rafrâchir la victime avec l'eau, appliquer des serviettes / compresses humides sur la tête, le cou et les membres



Faire boire de l'eau fraîche (entre 12°C et 15°C) si la victime est consciente



Si la victime perd connaissance, la mettre en position latérale de sécurité



Rester avec la victime en attendant les secours

INFORMATIONS À DONNER AUX SECOURS :

- Lieu
- Nature du malaise
- Signes d'alerte
- Si la victime est consciente
- Si la victime respire



NE JAMAIS RACCROCHER LE PREMIER !