

# CHALEUR ACCABLANTE *et* SANTÉ HUMAINE :

Information à l'intention des pharmaciens et des techniciens en pharmacie



## Maladies LIÉES À LA CHALEUR

Alors que le nombre d'épisodes de chaleur accablante au Canada augmente chaque année en raison des changements climatiques, les pharmaciens et les techniciens en pharmacie peuvent s'attendre à une augmentation des maladies liées à la chaleur dans tout le pays.

L'exposition à la chaleur peut avoir des effets directs sur la santé et notamment causer un épuisement dû à la chaleur et un coup de chaleur.

**L'épuisement dû à la chaleur** est la forme la plus légère et la plus courante de maladie liée à la chaleur, et s'accompagne notamment des symptômes suivants : transpiration abondante, fatigue, faiblesse, étourdissements, maux de tête, diarrhée, malaise, nausées/vomissements, après une exposition prolongée à la chaleur.

**Le coup de chaleur** constitue une urgence médicale. Il s'agit d'une forme grave de maladie liée à la chaleur qui présente des symptômes communs avec l'épuisement dû à la chaleur et qui doit être traitée à l'hôpital.

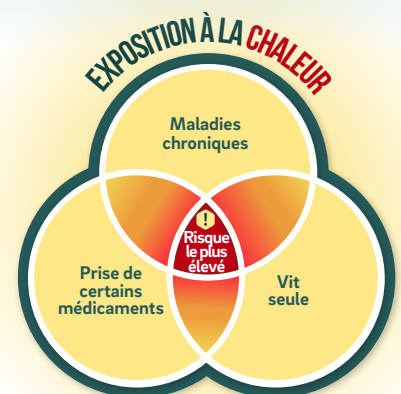
	Symptômes de l'ÉPUISEMENT lié à la chaleur !	Symptômes du COUP de chaleur !
<b>Température</b>	Température corporelle élevée, mais < 40 °C (104 °F)	Température corporelle ≥ 40 °C (104 °F)
<b>Troubles neurologiques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Anxiété et confusion</li> <li>Étourdissements et vertige</li> <li>Maux de tête</li> </ul>	<p><b>Changement de l'état mental :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Délire/hallucinations</li> <li>Ataxie (manqué de coordination révélant un dysfonctionnement neurologique)</li> <li>Confusion, irritabilité, instabilité émotionnelle, agressivité, convulsions</li> <li>Perte de conscience</li> </ul>
<b>Troubles cardiaques</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tachycardie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arythmie et tachycardie</li> </ul>
<b>Effets sur la peau</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bouffées vasomotrices (peau chaude et rouge)</li> <li>Sudation</li> </ul>	<p><b>Coup de chaleur classique :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Peau chaude, rouge et sèche</li> <li>Touche principalement les personnes sédentaires et vulnérables</li> </ul> <p><b>Coup de chaleur à l'effort :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sudation abondante</li> <li>Généralement associé à une activité physique intense</li> </ul>
<b>Autre</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nausées et vomissements</li> <li>Hypotension</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Choc</li> <li>Tachypnée (respiration rapide)</li> </ul>
<b>Résultat</b>	En l'absence de traitement, et si l'exposition à la chaleur se poursuit, l'épuisement par la chaleur peut s'aggraver et devenir un coup de chaleur.	Au bout d'un certain temps : œdème pulmonaire, insuffisance hépatique, insuffisance rénale, rhabdomyolyse (destruction des fibres musculaires), mort.

## Populations À RISQUE

Bon nombre des facteurs de risque qui peuvent accroître la susceptibilité aux maladies et aux décès liés à la chaleur sont interdépendants. Certaines affections préexistantes sont exacerbées par l'exposition à la chaleur et augmentent la vulnérabilité d'une personne aux maladies qui y sont liées.

Populations touchées de manière *disproportionnée* par la chaleur :

- Personnes âgées et enfants
- Femmes enceintes
- Athlètes et personnes actives par temps chauds (comme les personnes qui travaillent à l'extérieur)
- Personnes atteintes de maladies cardiovasculaires (y compris l'hypertension), d'obésité, de diabète, de maladies respiratoires, de maladies rénales, de maladies neurologiques et de troubles mentaux, y compris les toxicomanies
- Personnes mal nourries ou déshydratées
- Personnes ayant des antécédents de maladies liées à la chaleur ou ayant un coup de soleil
- Personnes vivant seules et personnes isolées socialement
- Personnes ayant un statut socio-économique inférieur



# FACTEURS DE RISQUE découlant des médicaments administrés en raison DE LA CHALEUR

De nombreux médicaments sont connus pour nuire aux mécanismes thermorégulateurs de l'organisme, prédisposant ceux qui les consomment à des maladies associées à la chaleur.

*Remarque : Il n'y a pas de relation directe entre la consommation d'un médicament et l'état hyperthermique qui en résulte. Un coup de chaleur peut survenir chez des personnes qui ne prennent aucun médicament. Les épisodes de coup de chaleur peuvent être dus à un état physiologique qui prédispose un patient à une hypersensibilité à la chaleur (par exemple, une mauvaise hydratation), et peuvent ne pas être associés au(x) médicament(s) en question. D'autre part, divers médicaments peuvent induire un état hyperthermique en l'absence de chaleur environnementale extrême ou d'exercice physique.*

Tout médicament ayant un effet potentiel sur les éléments suivants peut augmenter le risque de maladie liée à la chaleur :



- L'hypothalamus et la valeur de consigne de la température corporelle
- La perception de la chaleur, qui entraîne un changement de comportement (évitement)
- Le débit cardiaque
- La vasodilatation périphérique
- La transpiration
- La fonction rénale
- L'hydratation corporelle
- Le niveau d'électrolyte

Exemples de classes de médicaments :



- Antipsychotiques/ neuroleptiques
- Antidépresseurs
- Lithium
- Antiépileptiques
- Agents anti-alzheimer (inhibiteurs de la cholinestérase)
- Agents antiparkinsoniens
- Diurétiques
- Vasodilatateurs à base de nitrate
- Inhibiteurs de l'ECA
- Inhibiteurs calciques et bêta-bloquants

## Prévenir les maladies LIÉES À LA CHALEUR

- Boire de l'eau avant de ressentir la sensation de soif, boire PLUS quand il fait chaud
- Réduire la consommation d'alcool, si possible
- Ne pas augmenter la consommation de caféine
- Porter des vêtements de couleur pâle, amples et qui respirent ainsi qu'un chapeau
- Réduire les activités exténuantes (p. ex. réduire la durée et l'intensité des activités)
- Faire des activités aux heures les plus fraîches de la journée ou déplacer les activités dans un endroit plus frais
- Passer plus de temps dans des espaces climatisés, prendre des douches ou des bains frais en l'absence d'air climatisé
- Asperger la peau d'eau fraîche pour la rafraîchir
- Consulter un médecin au besoin

## Recommandations à l'intention des pharmaciens et des techniciens pendant LES PÉRIODES DE CHALEUR ACCABLANTE

- **RECONNAÎTRE** les signes précoces des maladies liées à la chaleur et orienter les patients vers les soins médicaux appropriés.
- **DISCUTER** de la manipulation sûre des médicaments sensibles à la chaleur.
- **REPÉRER** les patients les plus à risque lors des périodes de chaleur accablante.
- **RELEVER** les antécédents de médicaments ou les médicaments prescrits qui peuvent exacerber les troubles liés à la chaleur.
- **FOURNIR DES RENSEIGNEMENTS DE SANTÉ CANADA** sur la santé liée à la chaleur aux patients, en particulier ceux à qui l'on prescrit des médicaments qui peuvent accroître leur vulnérabilité aux maladies liées à la chaleur. Des ressources sont disponibles en ligne et peuvent être commandées sur [Canada.ca](https://Canada.ca).



Lignes directrices à l'intention des travailleurs de la santé pendant les périodes de chaleur accablante : un guide technique  
[www.canada.ca/fr/sante-canada/services/sante-environnement-milieu-travail/rapports-publications/changement-climatique-sante/lignes-directrices-intention-travailleurs-sante-pendant-periodes-chaleur-accablante-guide-technique.html](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/sante-environnement-milieu-travail/rapports-publications/changement-climatique-sante/lignes-directrices-intention-travailleurs-sante-pendant-periodes-chaleur-accablante-guide-technique.html)