

# ÉPUISEMENT PAR LA CHALEUR



Éruption cutanée



Crampes  
musculaires



Étourdissement  
ou évanouissement



Nausée ou  
vomissement



Transpiration  
abondante



Mal de tête



Respiration et pouls rapides



Soif extrême



Urine foncée et diminution  
du débit urinaire



Si vous manifestez l'un de ces symptômes en période de chaleur accablante, **dirigez-vous immédiatement vers un lieu frais et buvez** (de l'eau de préférence).

Quels sont les  
**SIGNES ET  
SYMPTÔMES**  
d'une maladie  
liée à la chaleur?

# COUP DE CHALEUR

Température  
élevée du corps



Confusion  
et manque de  
coordination



Étourdissement/  
évanouissement



Aucune  
transpiration,  
mais peau rouge  
et très chaude



Le coup de chaleur est une urgence médicale! **Composez immédiatement le 911 ou le numéro des services d'urgence locaux.** En attendant les secours, rafraîchissez la personne sur-le-champ en faisant ce qui suit :

- en déplaçant la personne dans un lieu frais, si vous le pouvez;
- en appliquant de l'eau froide sur de vastes surfaces de la peau;
- en éventant la personne autant que possible.