

« COUP DE CHALEUR »

LES GESTES DE 1ER SECOURS POUR LE SAUVETEUR SECOURISTE DU TRAVAIL (SST)

Qu'est-ce qu'un coup de chaleur ?

Le « coup de chaleur » ou **hyperthermie** est un état de déshydratation avancée, lié à l'incapacité acquise de réguler la température interne du corps.

Le coup de chaleur peut survenir suite à une exposition prolongée ou intense au soleil, à une ambiance thermique chaude, associée ou non à des efforts physiques,

> En l'absence d'un apport hydrique suffisant et d'une alimentation équilibrée

> En particulier chez les personnes vulnérables (travailleurs jeunes, ou âgés, travailleurs atteints de maladies chroniques..)



Les signes d'alerte

- > Bouche et langue sèches, sensation de soif intense
- > Peau sèche et chaude, fièvre
- > Respiration rapide
- > Maux de tête, vertiges, grande faiblesse
- > Crampes, nausées, vomissements
- > Vision floue
- > Regard terne et yeux enfoncés
- > Trouble de la conscience : somnolence, confusion, difficulté à s'exprimer, difficulté d'élocution, désorientation.....)
- > Modification du comportement : agitation ou au contraire, apathie.
- > Urines en faible quantité.

Le coup de chaleur est une situation dangereuse pour les fonctions vitales de l'organisme et doit être traité, telle une urgence médicale.

Conduite à tenir pour le SST

D'après le Guide des données techniques de l'INRS, version janvier 2021.

> Appeler le 15 et se conformer aux consignes indiquées.

Le médecin régulateur du SAMU (15) est susceptible de prescrire les gestes suivants :

- > Se frictionner les mains avec du gel hydro-alcoolique et porter un masque chirurgical ou grand public de catégorie 1.
- > Amener la victime dans un endroit frais et bien aéré
- > Déshabiller la victime ou desserrer ses vêtements
- > Rafraîchir la victime avec de l'eau froide (poser des linges propres et mouillés à même la peau de la victime)
- > Lui faire boire de l'eau fraîche par petites quantités
- > Surveiller l'état de la victime (conscience, respiration...)
- > Si la victime répond, lui parler régulièrement et la rassurer
- > Protéger la victime contre le froid et/ou les intempéries

En cas d'aggravation, pratiquer les gestes qui s'imposent et faire rappeler les secours :

> Victime inconsciente, ne respire plus :



Poser un tissu sur le nez et la bouche de la victime (pour limiter le risque d'exposition au Covid-19) et effectuer des compressions thoraciques en continu, jusqu'à ce que les secours prennent le relais.



> **IPAL FORMATION** : formation@ipal.fr <