

Coup de chaleur

Gestes de premiers secours pour le Sauveteur Secouriste du Travail (SST)

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 et 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



Conduite à tenir pour le SST

>> Appeler le 15 et se conformer aux consignes indiquées

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

- > 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 : effectuer des compressions thoraciques en continu, jusqu'à ce que les secours prennent le relais.

