

# 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.**