

Appel à la vigilance

2024-06-17

Cet appel à la vigilance est destiné aux **pharmaciens** de la région Mauricie et Centre-du-Québec

Vague de chaleur extrême

Une forte chaleur s'installe sur la région depuis quelques jours. Selon les prévisions d'Environnement et Changement climatique Canada, nous croyons que les critères de chaleur extrême seront atteints d'ici le 2024-06-18. Ces températures élevées pourraient persister jusqu'au 2024-06-21. Il y a un risque significatif d'augmentation des décès lorsque la température atteint les critères de chaleur extrême.

Les effets sur la santé associés à la chaleur excessive incluent la déshydratation, l'épuisement dû à la chaleur et le coup de chaleur, de même que l'aggravation d'une maladie chronique pré-existante (cardiaque, rénale, endocrinienne, etc.). Les personnes atteintes de maladies cardiovasculaires et présentant des problèmes de santé mentale sont particulièrement à risque.

La polymédication chez certaines personnes peut révéler la présence de plusieurs maladies chroniques pré-existantes, les rendant plus susceptibles aux effets de la chaleur. L'application des mesures préventives est essentielle chez ces personnes.

Recommandations pour votre pratique :

1. Identifier les personnes à risque :

- les bébés et les enfants de moins de 5 ans;
- les personnes âgées vivant dans un milieu non climatisé;;
- les personnes en perte d'autonomie ou qui vivent seules :
- personnes à mobilité réduite,
- personnes avec des contacts limités avec la famille ou les amis;
- les personnes qui souffrent de maladies chroniques cardio-vasculaires, cérébro-vasculaires, respiratoires, rénales, neurologiques, diabète;
- les personnes prenant une polymédication médication affectant la thermorégulation;
- les personnes qui souffrent de problèmes graves de santé mentale;
- les personnes qui ont des problèmes de consommation d'alcool ou de drogues;
- les personnes qui exercent un métier exigeant physiquement ou qui travaillent au soleil ou à l'extérieur, comme les travailleurs de la construction ou les travailleurs agricoles;
- les personnes qui travaillent dans des milieux où les procédés de travail dégagent de la chaleur, comme les fonderies ou les boulangeries;
- les personnes qui font de l'exercice intense à l'extérieur par temps chaud, ou à l'intérieur dans des lieux non climatisés ou mal ventilés;
- les personnes qui n'ont pas accès à des endroits frais ou climatisés;
- les personnes qui prennent certains médicaments pouvant aggraver les effets de la chaleur;

- les personnes en mauvaise condition physique ou en surpoids;
- les personnes qui sont malades et qui font de la fièvre;
- les femmes enceintes et leur fœtus.

2. Conseiller à vos patients de :

- fréquenter des lieux climatisés ou les haltes climatisées;
- s'hydrater adéquatement;
- prendre des douches et des bains fréquemment;
- réduire les efforts physiques intenses et soutenus;
- éviter de consommer des boissons alcoolisées;
- identifier une ressource d'aide extérieure.

3. Surveiller la médication :

Bien qu'elle soit relativement bien documentée pour les diurétiques, la relation entre les autres médicaments et les effets à la santé de la chaleur demeure à étudier. La littérature scientifique suggère toutefois que certaines classes de médicaments sont susceptibles d'aggraver le syndrome d'épuisement-déshydratation et de contribuer au coup de chaleur. En particulier, il est recommandé de porter une attention spéciale aux catégories suivantes :

- les médicaments du système nerveux central;
- les médicaments des systèmes cardiovasculaire et rénal;
- les médicaments du système hormonal;
- les médicaments des systèmes gastro-intestinal, urinaire, musculosquelettique et immunitaire.

Pour plus d'information sur les éléments à surveiller en lien avec ces catégories de médicaments, se référer au document *Médicaments et effets indésirables : recommandations cliniques en périodes de canicule* à l'adresse suivante : https://www.inspq.gc.ca/pdf/publications/2036_medicaments_effets_canicule.pdf.

La clientèle qui prend un ou plusieurs médicaments peut s'adresser à son médecin pour recevoir des conseils. Il n'est pas recommandé de cesser la prise ou de réduire la dose d'un médicament sous ordonnance sans réévaluation médicale. Cependant, cette clientèle étant à plus haut risque, les précautions mentionnées ci-dessus sont de mises.

Pour plus de renseignements, consulter :

- Portail gouvernemental Quebec.ca – Prévenir les effets de la chaleur : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/prevenir-les-effets-de-la-chaleur-accablante-et-extreme/>
- Portail gouvernemental Quebec.ca – Effets de la chaleur sur la santé : <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/effets-de-la-chaleur-accablante-et-extreme-sur-la-sante/>
- Site de la CNESST pour les travailleurs : <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/identifier-corriger-risques/liste-informations-prevention/evaluer-niveau-risque-par-temps-chaud>