

Vague de chaleur extrême – Fin de demande de signalements pour les urgentologues et recommandations générales

03 juillet 2026

Les prévisions d'Environnement et Changement climatique Canada annoncent le retour aux températures de saison pour les prochains jours. Par conséquent, la Direction régionale de santé publique du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal (DRSP) **lève dès maintenant l'avis** de chaleur extrême enclenché le 01/07 demandant aux urgentologues de signaler les coups de chaleur et décès à la DRSP.

Malgré la levée de l'avis, nous vous demandons de rester vigilants et de continuer de pratiquer les conseils généraux si certaines personnes sont encore incommodées par la chaleur.

RECOMMANDATIONS :

1. Informer vos patients et les personnes qui en prennent soin :

- Des risques associés à la chaleur excessive ;
- De l'importance des visites ou des appels quotidiens pour vérifier que tout va bien.

2. Référer vos patients vers le CIUSSS :

- Fournir les coordonnées des ressources disponibles pour le suivi ;
- Indiquer la présence des haltes fraîcheur.

3. Conseiller à vos patients de :

- Fréquenter des lieux frais ou idéalement climatisés autant que possible durant le jour ;
- S'hydrater adéquatement, sans attendre d'avoir soif ou selon les quantités indiquées par le médecin ;
- Boire avec modération les boissons alcoolisées ou à forte teneur en caféine ou très sucrées qui déshydratent ;
- Prendre des douches et des bains fréquemment ou se rafraîchir avec une lingette ;
- Réduire les efforts physiques intenses et soutenus ;
- Se protéger du soleil et porter des vêtements légers.

4. S'assurer, pour les personnes vulnérables ou ayant souffert de la chaleur, lors de la consultation, d'un épisode de soins ou du congé et du retour à la maison:

- Que des proches du patient prennent de ses nouvelles quotidiennement;
- D'identifier au préalable une ressource d'aide extérieure, dont les haltes fraîcheur;
- Au besoin, faire une référence auprès du CIUSSS pour qu'un suivi soit effectué.

Pour plus de renseignements, consulter :

- Site Internet de la Directrice de santé publique de Montréal : <https://santepublicquemontreal.ca/conseils-et-prevention/conseils/chaleur>
- Site de la CNESST pour les travailleurs : <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/identifier-corriger-risques/liste-informations-prevention/coup-chaleur>
- 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/>
 - 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/>