

# Vague de chaleur extrême – Demande de signalements et recommandations pour les urgentologues

01 juillet 2026

Environnement et Changement climatique Canada prévoit pour les trois prochains jours une température moyenne pondérée maximale de 32,8 °C le jour et une température moyenne pondérée minimale de 23,5 °C les deux prochaines nuits. Dans le contexte de la fête du Canada amenant une augmentation des activités extérieures, efforts physiques et achalandage, et que les températures de nuit demeureront élevées, ne permettant pas l'élimination de la chaleur accumulée pendant le jour, la Direction régionale de santé publique (DRSP) a pris la décision de passer au niveau « Alerte ».

Certaines populations sont plus à risque de souffrir de la chaleur, notamment les personnes âgées de 65 ans et plus vivant en milieu non-climatisé, les nourrissons et tout-petits (0 à 4 ans), les personnes vivant seules et en perte d'autonomie, ou encore les personnes atteintes de maladies chroniques (cardiovasculaire, rénales, neurologiques, diabète, etc.) ou présentant des problèmes de santé mentale (tout particulièrement les personnes qui vivent avec la schizophrénie ou un trouble de l'utilisation de substances comme des drogues ou l'alcool), ainsi que les personnes travaillant physiquement ou pratiquant un sport exigeant à l'extérieur. 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 sous-jacente, menant parfois au décès. Les personnes atteintes de maladies cardiovasculaires et présentant des problèmes de santé mentale sont particulièrement à risque de complications. La présence de plusieurs maladies chroniques peut aussi mener à une polymédication chez certaines personnes, les rendant aussi plus susceptibles aux effets de la chaleur. L'application des mesures préventives est essentielle chez ces personnes.

## À EFFECTUER :

### 1. Signaler à la Direction régionale de santé publique (DRSP) :

- Tout décès dans un centre hospitalier constaté dans les 24 h suivant l'arrivée du patient et pour lequel la chaleur est un facteur pouvant avoir contribué au décès;
- Tous les cas de coups de chaleur.

### Pour faire le signalement :

Appeler le Centre opérationnel de sécurité (COS) au **514 940-7500 (option 4)** et demander à parler à l'intervenant de garde en Santé Environnementale. Le répondant du COS prendra vos coordonnées et mettra notre intervenant de garde en lien avec vous selon le cas.

## RECOMMANDATIONS :

### 1. Surveiller la médication des patients :

Certaines classes de médicaments sont susceptibles d'aggraver le syndrome d'épuisement et de déshydratation et de contribuer au coup de chaleur. Il est recommandé de porter une attention spéciale aux catégories suivantes (liste non-exhaustive, à titre indicatif) :

- Médicaments affectant le système nerveux central (p.ex. neuroleptiques, antiparkinsoniens, certains anti-dépresseurs ou stimulants);
- Médicaments affectant les systèmes cardiovasculaire et rénal (p.ex. bêtabloqueurs, certains inhibiteurs de l'ECA, certains diurétiques);
- Certains antihistaminiques et décongestionnants.

Pour plus d'informations, il est recommandé de consulter un pharmacien. 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-après sont de mise.

### 2. Conseils à donner aux patients :

- passer le plus de temps possible dans un endroit frais ou climatisé, surtout si la température du milieu ou du logement dépasse 30°C;
  - Carte interactive des lieux frais accessibles : <https://cli-mtl.vercel.app/>
- S'hydrater adéquatement, sans attendre d'avoir soif ou selon les quantités indiquées par le médecin (ex. Si le patient souffre d'insuffisance rénale et/ou cardiaque);
- Éviter de boire des boissons alcoolisées ou à forte teneur en caféine ou très sucrées qui déshydratent;
- Prendre des douches et des bains tièdes fréquemment ou se rafraîchir avec une lingette;

- Donner des nouvelles à son entourage;
  - Réduire les efforts physiques intenses et soutenus.
3. **S'assurer, au moment du congé et du retour à la maison des patients vulnérables ou ayant souffert de la chaleur :**
- Que des proches du patient prennent de leurs nouvelles quotidiennement;
  - Qu'une prise en charge soit faite par les équipes du soutien à domicile.
- **Pour plus de renseignements, consulter :**
- Site Internet de la Directrice de santé publique de Montréal : <https://santepubliquemontreal.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>
  - Document d'information sur les médicaments et leurs effets indésirables : [https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2036\\_medicaments\\_effets\\_canicule.pdf](https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2036_medicaments_effets_canicule.pdf)
  - Portail gouvernemental Quebec.ca
    - o 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/>
    - o 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/>