

# NOUVELLES SANTÉ JEUNESSE

## ÉDITION SPÉCIALE CAMPS D'ÉTÉ



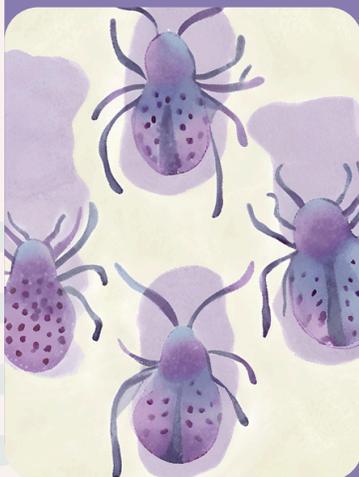
L'été est enfin arrivé! L'équipe Santé Jeunesse [anciennement prévention et contrôle des infections (PCI) jeunesse] de la Direction régionale de santé publique de Montréal en profite pour vous partager une édition spéciale de son infolettre. Vous y trouverez des informations utiles pour la période estivale. Nous vous souhaitons un merveilleux été!

### Piqûres de tiques

Plusieurs espèces de tiques sont présentes dans la région de Montréal. Les tiques peuvent propager certaines maladies, comme la maladie de Lyme, lorsqu'elles piquent une personne ou un animal.

Voici **quelques conseils** pour limiter le risque de piqûres lors de sorties dans la nature :

- Porter des vêtements longs de couleur pâle, des chaussettes et chaussures fermées ;
- Entrer le chandail dans les pantalons et le bas des pantalons dans les chaussettes ;
- Rester dans les sentiers et éviter les herbes hautes ;
- Utiliser un chasse-moustiques ;
- S'assurer qu'il n'y a aucune tique sur la peau après une sortie.



#### Pour plus d'informations :

- [Maladie de Lyme \(Québec.ca\)](https://www.quebec.ca)
- [Se protéger des piqûres de moustiques et de tiques \(Québec.ca\)](https://www.quebec.ca)
- [Maladie de Lyme vidéo - La bonne façon de retirer une tique \(Canada.ca\)](https://www.canada.ca)

### Rougeole

Des éclosons de rougeole ont eu lieu à Montréal et ailleurs au Québec ce printemps, mais elles sont maintenant terminées. Il n'y a donc aucun cas de rougeole au Québec présentement. Par contre, plusieurs pays dans le monde signalent encore des cas et des voyageurs peuvent ramener la rougeole au Québec.

En présence d'un cas de rougeole, la santé publique fait une enquête et un suivi auprès des milieux exposés.

La **vaccination** est la meilleure façon de se protéger et de protéger les autres.

Pour plus d'informations :

- [Rougeole - Vaccination - Trousse pour les établissements](https://www.quebec.ca)

## Chaleur

Les épisodes de chaleur extrême peuvent avoir des effets sur la santé. Consultez notre nouvel outil **Il fait chaud : Quoi faire?** pour connaître les recommandations.



Un coup de chaleur est une urgence médicale. Si on pense qu'une personne a un coup de chaleur, il faut appeler le 911. Dans l'attente du support médical :

- Déplacez la personne vers un endroit frais ;
- Refroidissez sa peau avec des serviettes mouillées ;
- Si la personne est consciente et alerte, encouragez-la à s'hydrater.

Pour plus d'informations sur la chaleur, consultez [le site de la Direction régionale de santé publique](#).



## Qualité de l'air

Les temps chauds, combinés avec certaines conditions comme des feux de forêt, peuvent parfois amener une mauvaise qualité de l'air. Lors d'un avertissement de smog ou de mauvaise qualité de l'air :

- Privilégiez les activités calmes et à l'intérieur ;
- Gardez les portes et les fenêtres fermées ;
- Cessez l'utilisation des échangeurs d'air (ou utilisez-les en mode recirculation).
- Surveillez l'apparition de symptômes respiratoires, qui pourraient indiquer une réaction à la mauvaise qualité de l'air.
- Ayez à portée de main les médicaments d'ordonnance des enfants (ex. : pompes pour l'asthme).

**Si, en plus d'avoir une mauvaise qualité de l'air, il fait aussi très chaud, priorisez les recommandations sur la chaleur. Par exemple, s'il fait chaud à l'intérieur, il faut ouvrir les fenêtres.**

Pour plus d'informations, consultez le document [Conseils de prévention en cas de mauvaise qualité de l'air liée aux feux de végétation](#).

## Recrudescence de la coqueluche

Il y a une augmentation des cas de coqueluche au Québec. Une lettre a été transmise aux parents d'enfants qui fréquentent une école montréalaise. Elle contenait les informations suivantes.

Les premiers jours	Après 1 à 6 semaines (parfois plus)
<p>La coqueluche se présente comme un rhume :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nez qui coule;</li> <li>• Faible toux;</li> <li>• Fièvre légère;</li> <li>• Yeux qui larmoient.</li> </ul>	<p>Une forte toux peut durer longtemps et entraîner les signes et symptômes suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vomissements;</li> <li>• Nausées;</li> <li>• Difficultés à respirer;</li> <li>• Arrêts de la respiration (apnée de quelques secondes);</li> <li>• Bruits qui ressemblent au chant du coq après la toux.</li> </ul>

En présence de symptômes de coqueluche qui durent plusieurs jours, il est recommandé de :

- Téléphoner à Info-Santé (811) ;
- Consulter un professionnel de la santé.

En présence d'un cas de coqueluche, la santé publique effectue une enquête qui implique un suivi avec tous les milieux exposés.

Le vaccin est le meilleur moyen de se protéger. Une personne adéquatement vaccinée contre la coqueluche peut quand même être malade, mais aura des symptômes plus légers.

Pour plus d'information sur la coqueluche : [Québec.ca](http://Québec.ca)

## Infos en vrac

- Le site de Santé Montréal a migré vers une nouvelle plateforme. Voici [notre nouvelle page](#).
- Inscrivez-vous au [service d'alertes de la ville de Montréal](#) afin de recevoir les messages importants en lien avec les situations d'urgence.



**Besoin de soutien en prévention et contrôle des infections, ou en mesures de santé environnementale (chaleur, qualité de l'air)?**

**N'hésitez pas à nous contacter pour vos questions.**

**Nous sommes disponibles du lundi au vendredi pendant la période estivale.**

Nos coordonnées ont été retirées de cette version publique de notre infolettre. L'infolettre et les informations qu'elle contient sont destinés à nos partenaires. Merci de ne pas partager nos coordonnées.



Cette infolettre ainsi que les coordonnées qu'elle contient sont destinées à nos partenaires. Ne pas partager à la population.