



STATE OF NEW YORK | EXECUTIVE CHAMBER

ANDREW M. CUOMO | GOVERNOR

Pour publication immédiate: 25 juin 2013

LE GOUVERNEUR CUOMO CONSEILLE AUX NEW YORKAIS DE SE PROTEGER CONTRE LA CANICULE

La canicule continue de sévir dans l'Etat de New York

Le Gouverneur de l'État de New York M. Andrew M. Cuomo a invité aujourd'hui les New Yorkais à prendre des précautions en prévision de la chaleur et des températures élevées qui sont attendues dans l'ensemble de l'Etat de New York.

« Comme la température s'élève, j'invite les New Yorkais à prendre les précautions d'usage pour rester en sécurité tout en appréciant l'été », a déclaré le Gouverneur Cuomo. « Les prévisions météorologiques pour les prochains jours annoncent des températures autour de 90 F (32° C), et les New Yorkais doivent être conscients du potentiel de menace pour la vie que représentent les dangers de la chaleur excessive, et prendre les précautions pour se protéger eux-mêmes et leurs proches. »

Avec des températures prévues pour s'élever autour de 90 au cours des prochains jours, le Département de la Santé de l'Etat de New York (Department of Health) (DOH) et la Division des services d'urgence et de la sécurité intérieure (Division of Homeland Security and Emergency Services) (DHSES) donnent aux New Yorkais des consignes pour les aider à rester en sécurité.

La chaleur excessive est la première cause de décès évitables, liés au climat chaque année, en particulier parmi les personnes âgées. Selon les centres de contrôle et de prévention des maladies, la chaleur cause plus de 650 décès évitables dans les Etats-Unis chaque année avec 7 233 décès liés à la chaleur signalés entre 1999 et 2009. La plupart des années, la chaleur excessive cause plus de décès que les inondations, la foudre, les tornades et les ouragans combinés. Selon les statistiques du service météorologique national et de l'Administration océanique et atmosphérique nationale, au cours des trois dernières années dans l'Etat de New York, il y a eu un total de 31 décès directement attribuables à la chaleur.

« La combinaison de la chaleur excessive et de l'humidité pourrait générer des conditions dangereuses pour la santé dans l'ensemble de l'Etat de New York et créer des situations de menace pour la vie, en particulier pour les personnes âgées, les enfants en bas âge et jeunes enfants, et les personnes participant à des activités de plein air », a déclaré le Commissaire à la Santé, Nirav R. Shah, M.D., M.P.H. « Il est important que tous les New Yorkais soient conscients des signes et symptômes des maladies liées à la chaleur, prennent les précautions appropriées, sachent que faire si eux-mêmes ou quelqu'un de leur entourage éprouve des difficultés de santé liées à la canicule. »

French

« Il y a des précautions simples qui peuvent être prises pour rester au frais lors des vagues de chaleur, comme boire en grande quantité, porter des vêtements clairs et rester dans un environnement climatisé », a déclaré le Commissaire du DHSES, Jerome M. Hauer. « Il est également important de vérifier l'état de ses proches et voisins, en particulier ceux qui peuvent courir un risque. »

Afin d'aider les New Yorkais à rester en sécurité durant les périodes de chaleur excessive, le DOH et DHSES donnent ces conseils :

- Minimiser, si possible, les activités fatigantes et l'exercice physique, en particulier pendant les heures de plein soleil - de 11 h à 16 h.
- Faire de l'exercice tôt le matin ou le soir, lorsque les températures tendent à être plus basses.
- Boire au moins 2 à 4 verres d'eau toutes les heures en cas de chaleur extrême, même si vous n'avez pas soif. Éviter les boissons contenant de l'alcool ou de la caféine.
- Si possible, rester hors du soleil et chercher un environnement climatisé. Le soleil chauffe l'intérieur de votre corps, ce qui peut provoquer une déshydratation. Si l'air conditionné n'est pas disponible, rester dans la partie la plus basse, hors du soleil, ou aller dans un bâtiment climatisé (comme les bibliothèques, les centres commerciaux, les supermarchés, ou chez des amis).
- Si vous devez sortir, porter un écran solaire avec un indice de protection élevé, d'au moins 15 et un chapeau pour protéger votre visage et votre tête. Une fois à l'extérieur, porter des vêtements amples, légers et clairs. Couvrir autant de peau que possible pour éviter les coups de soleil et les effets du réchauffement du soleil sur votre corps.
- Ne jamais laisser des enfants, des animaux domestiques ou ceux qui ont besoin de soins spécifiques dans un véhicule en stationnement ou d'autres véhicules durant les périodes de canicule. La température à l'intérieur d'un véhicule fermé peut atteindre rapidement plus de 140 degrés Fahrenheit (60°C). L'exposition à une telle température peut tuer en quelques minutes.
- Faire un effort pour vérifier l'état de vos voisins lors d'une vague de chaleur, en particulier les personnes âgées, les enfants en bas âge et les jeunes enfants, ou d'autres personnes aux besoins spéciaux.
- S'assurer qu'il y a assez d'eau et de nourriture pour les animaux domestiques et limiter leur exercice pendant les périodes de températures extrêmes.

PERSONNES QUI COURENT LE PLUS GRAND RISQUE

- Les personnes âgées, les enfants en bas âge et les jeunes enfants Les personnes en surpoids et celles qui ont des problèmes d'alcool Les personnes qui prennent certains médicaments ou drogues.

DANGERS DE LA CHALEUR POUR LA SANTE

Coup de chaleur : Egalement connu sous le nom d'insolation, le coup de chaleur peut mettre la vie en danger. La température du corps peut augmenter et causer des lésions cérébrales ; le décès peut en résulter si la personne n'est pas rafraîchie rapidement. Les signes comprennent la peau chaude, rouge et sèche ; les altérations au niveau de la conscience ; un pouls rapide et faible ; et une respiration superficielle. Un bain ou un gant froid peut apporter un soulagement et abaisser la température du corps.

Épuisement dû à la chaleur : Bien que moins dangereux que le coup de chaleur, l'épuisement dû à la chaleur pose des problèmes de santé et apparaît plus souvent en cas d'exercice physique trop intense ou de travail dans des endroits chauds et humides, occasionnant une perte de fluides corporels. Les signes comprennent la peau fraîche, moite, pâle ou rougie ; une forte transpiration ; des maux de tête ; des nausées ou des vomissements ; des étourdissements et un épuisement. Si les symptômes surviennent, déplacer la victime hors du soleil, et appliquer des tampons frais et humides.

Coup de soleil : le coup de soleil ralentit la capacité de la peau à se rafraîchir. Les signes comprennent la rougeur et la douleur ; dans les cas graves, le gonflement de la peau, des ampoules, la fièvre et des maux de tête peuvent survenir. L'application de pommades peut soulager la douleur dans les cas légers. Un médecin devrait voir les cas graves. Pour vous protéger, porter un écran solaire avec un indice de protection élevé d'au moins 15. Toujours ré-appliquer l'écran solaire, après une forte transpiration ou un bain.

Crampes de chaleur : les douleurs et spasmes musculaires sont souvent causés par des efforts intenses. La perte d'eau et de sel par la transpiration est la cause des crampes. Les signes sont la douleur abdominale et des muscles des jambes. Le soulagement peut être apporté par une pression ferme sur les muscles spasmés, ou des massages légers pour soulager les crampes. Se rappeler de s'hydrater souvent en faisant de l'exercice ou en travaillant à l'extérieur.

Irritation causée par la chaleur : L'irritation de la peau ressemble à une grappe rouge de boutons ou petites vésicules. Essayer de déplacer la personne dans un endroit frais, garder la zone affectée au sec, et dire à la personne d'utiliser du talc pour plus de confort.

PENSER ECONOMIES D'ENERGIE

- Les coupures d'électricité sont plus susceptibles de survenir en cas de chaleur, lorsque l'utilisation des services publics est à son maximum. Pour éviter d'exercer une tension sur le réseau électrique, préserver l'énergie pour empêcher des pannes de courant.
- Régler votre thermostat d'air conditionné à au moins 78 degrés.
- N'utiliser la climatisation que lorsque vous êtes à la maison.
- Eteindre les appareils ménagers qui ne sont pas essentiels. N'utiliser les appareils ménagers qui ont des charges électriques élevées seulement tôt le matin ou très tard le soir.

Pour plus d'informations, visiter : <http://www.health.ny.gov/environmental/emergency/weather/hot>, ou <http://www.dhss.ny.gov/oem/safety-info/publicsafety/heataware.cfm>

###

Des informations supplémentaires sont disponibles sur www.governor.ny.gov
Etat de New York | Executive Chamber | press.office@exec.ny.gov | 518.474.8418