



Pour publication immédiate : 28/07/2015

GOUVERNEUR ANDREW M. CUOMO

LE GOUVERNEUR CUOMO CONSEILLE AUX NEW YORKAIS D'ASSURER LEUR SECURITE EN RAISON DE LA CHALEUR ESTIVALE

Le Gouverneur Andrew M. Cuomo a invité aujourd'hui les New Yorkais à prendre des précautions en prévision de températures élevées et d'humidité dans l'ensemble de l'Etat de New York cette semaine. Des températures proches de 90 degrés sont attendues au cours des prochains jours dans les communautés de l'ensemble de l'Etat.

« Les températures devraient grimper de façon significative dans l'ensemble de l'Etat cette semaine, et il est important que les New Yorkais prennent les précautions qui s'imposent », a déclaré le Gouverneur Cuomo. « J'encourage tout le monde à rester à l'intérieur si possible, à veiller à s'hydrater et à s'enquérir de l'état des voisins qui peuvent avoir besoin d'aide. Ensemble, nous pouvons faire en sorte que tout le monde reste en sécurité pendant la période de chaleur extrême. »

La chaleur excessive est la première cause de décès évitables, liés au climat chaque année, en particulier parmi les personnes âgées. D'après les centres de contrôle et de prévention des maladies, la chaleur cause plus de 650 décès évitables aux Etats-Unis chaque année. 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, il y a eu plus de 80 décès directement attribuables à la chaleur dans l'Etat de New York depuis 2006.

Les températures élevées prévues incitent 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 de l'Etat de New York (Division of Homeland Security and Emergency Services) (DHSES) à donner des consignes aux New Yorkais pour les aider à rester en sécurité.

« Bien que la chaleur excessive et l'humidité peuvent sembler faire normalement partie de l'été, il faut les prendre très au sérieux, en particulier chez les personnes âgées, les enfants en bas âge et les jeunes enfants, et ceux qui participent à des activités de plein air », a déclaré le Commissaire du DOH, Dr. Howard Zucker. « Restez conscient des signes et symptômes de maladies liées à la chaleur pour que vous sachiez que faire si

quelqu'un que vous connaissez ou vous-même êtes confronté à des problèmes de santé liés à la chaleur. »

« Des précautions élémentaires peuvent être prises pour rester au frais en période de grosse chaleur, comme le fait de porter des vêtements de couleur claire, de boire beaucoup d'eau, et de rester dans un environnement climatisé », a déclaré le Commissaire de la DHSES, John Melville. « Egalement, s'enquérir de l'état des voisins, des amis ou de la famille qui peuvent être en danger. »

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 11h à 16h.
- 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.

Les personnes qui courent souvent des risques lors des périodes de chaleur excessive comprennent :

- 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 rouge, 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 souffrant de spasmes, 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 de nuire au réseau électrique, préservez l'énergie pour empêcher des pannes de courant.
- Ne pas régler votre thermostat d'air conditionné à moins de 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.dhSES.ny.gov/oem/safety-info/publicsafety/heataware.cfm>.

Pour des renseignements sur la ville de New York, notamment sur les centres de rafraîchissement, visiter :

http://www.nyc.gov/html/oem/html/get_prepared/beat_the_heat/beattheheat.html.

Pour trouver des centres de rafraîchissement dans un comté spécifique, visiter :

<http://www.nysacho.org/i4a/pages/index.cfm?pageid=3713>.

###

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