Questions et préoccupations sanitaires liées au froid extrême

Le Département de santé et d'hygiène mentale du Maryland rappelle aux résidents qu'ils doivent prendre en considération les graves problèmes de santé lies au froid hivernal. L'exposition au froid peut provoquer une baisse de la température corporelle pouvant conduire à l'hypothermie voire à la mort. Des gelures sévères ou bénignes et le "pied des tranchées" peuvent résulter de l'exposition au gel de la peau et de tissus comme les oreilles, le nez, les pieds et le visage.

DE nombreux facteurs influent sur les effets du froid chez un individu. Des maladies et des blessures liées au froid peuvent même se produire à des températures modérées en raison du vent, de l'humidité ou de l'incapacité à chauffer convenablement la maison par temps froid.

Facteurs de risque pour les maladies liées au froid :

- Les extrêmes de la pyramide des âges
- maladies et affections chroniques sous-jacentes, telles que:
  - psoriasis ou brûlures étendues de la peau
  - l'hypothyroïdie
  - hypoactivité des glandes surrénales
- Consommation d'alcool
- Condition physique
- Les médicaments pouvant altérer le jugement d'un individu, tels que le Valium et le phénobarbitol
- Le surmenage et la transpiration en passant du temps à l'extérieur

Les signes d'une température corporelle basse comprennent:

- Frissacceleration de la respiration, et augmentation de la pression artérielle et du rythme cardiaque
- Peau très pâle
- Amnésie
- Mauvaise coordination musculaire
- Troubles de la marche et de la parole
- Manque de jugement, confusion et combativité
- Fatigue

Pour traiter l'hypothermie, il faut réchauffer le corps en se mettant à l'abri, en enlevant les vêtements mouillés, puis en mettant des vêtements chauds et secs.

Les personnes travaillant dans le froid sont susceptibles de souffrir de crises cardiaques et d'accidents vasculaires cérébraux en raison de l'augmentation du stress imposé à l'organisme. Veillez à consulter un médecin ou autre professionne de sante avant d'entreprendre des tâches telles le déblayage de la neige ou toute forme d'exercice dans des conditions de froid hivernal extrême.

Les gelures se traduisent par une peau pâle et gelée, avec ou sans ampoules, et des tissus gelés pouvant être engourdis. Il est recommandé aux personnes atteintes de gelures de consulter un médecin. Il ne faut surtout pas frotter les tissus gelés et il est préférable de les maintenir surélevés. Il faut éviter la décongélation et la recongélation répétées des tissus atteints de gelures.

Pour plus de renseignements sur la santé publique et la capacité de réaction en cas d'urgence, consultez *http://preparedness.dhmh.maryland.gov* and *www.facebook.com/MarylandOPR.*

Maryland Department of Health and Mental Hygiene
Office of Preparedness and Response
300 West Preston Street, Baltimore, Maryland 21201
Toll Free 1-877-4MD-DHMH – TTY/Maryland Relay Service 1-800-735-2258
www.facebook.com/MarylandOPR • www.twitter.com/MarylandOPR • http://preparedness.dhmh.maryland.gov