COMMENT RECONNAÎTRE UN COUP DE CHALEUR

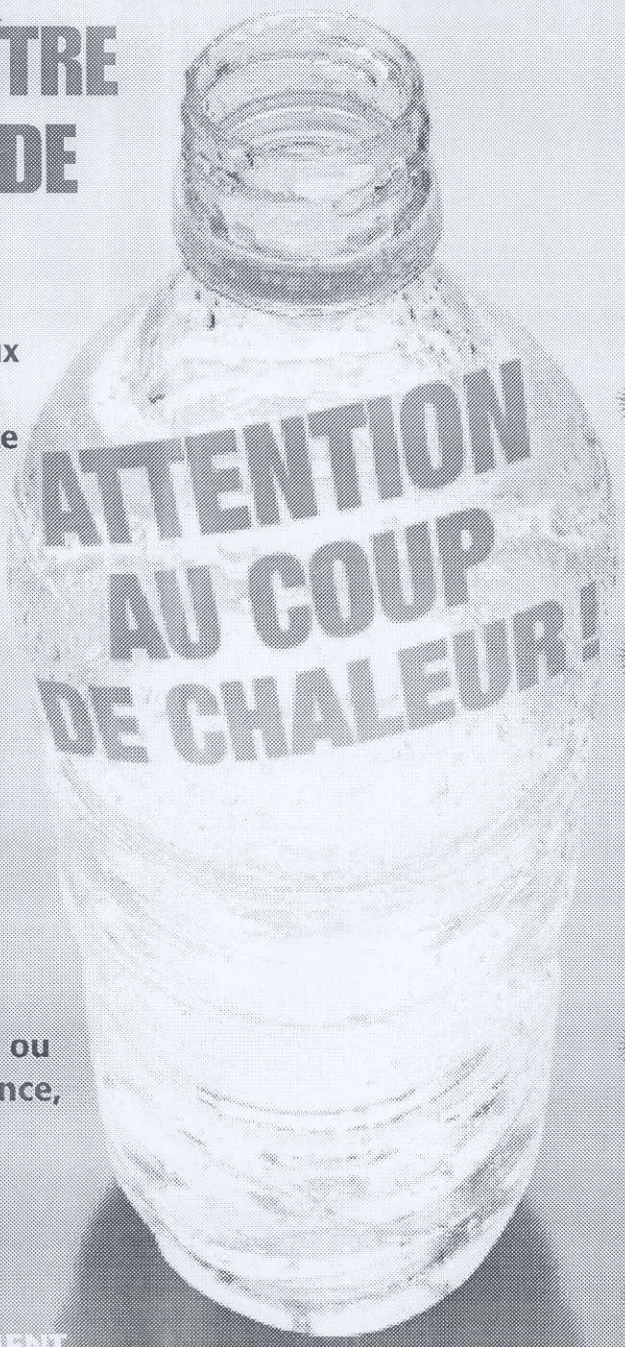
Si, au cours de travaux exécutés à la chaleur, un travailleur présente l'un des symptômes suivants :

- grande faiblesse
- grande fatigue
- étourdissements
- vertiges

ATTENTION !
Ça pourrait être le début d'un coup de chaleur.

S'il tient des propos incohérents, qu'il perd l'équilibre ou qu'il perd connaissance, ce travailleur est victime d'un coup de chaleur et il est en danger de mort.

Il faut agir RAPIDEMENT et EFFICACEMENT et lui donner les premiers secours.



Mesures de prévention

- Boire, au minimum, l'équivalent d'un verre d'eau toutes les 20 minutes, même si l'on n'a pas soif.
- Porter des vêtements légers qui permettent l'évaporation de la sueur (par exemple, vêtements de coton) et se couvrir la tête si l'on travaille à l'extérieur.
- Prendre des pauses plus fréquentes, de préférence dans un endroit frais ou à l'ombre.
- Reporter les tâches ardues aux heures plus fraîches de la journée.

La prévention, j'y travaille !

CENTRE NATIONAL DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE
Groupe des laboratoires de Thiais
Service Médical de Prévention
2 à 8, rue Henri Dunant
94320 THIAIS