



Chaleurs et hydratation

Les vagues de chaleur accablante que nous connaissons au cours des prochaines semaines sont particulièrement désagréables pour les personnes vivant en hébergement et vulnérables, sans climatisation adéquate ou système de déshumidification fonctionnel.

Les établissements de santé sont tenus d'appliquer plusieurs mesures de prévention pour les personnes à risque lors de périodes de canicule: garder les fenêtres fermées, utiliser des ventilateurs, déplacer les personnes aux aires climatisées ou appliquer des débarbouillettes mouillées rafraîchies au réfrigérateur.

La principale recommandation demeure toutefois l'hydratation, pourtant souvent négligée. Il nous a été rapporté que la distribution d'eau fraîche ou de breuvage aux unités de soins n'est pas toujours régulière. Or, en cas de chaleur extrême, la santé publique recommande d'augmenter la fréquence des tournées de collations et breuvages et de laisser ceux-ci à portée de mains.

Assurez-vous que votre proche ne manque pas d'eau - tenant compte des restrictions médicales qui s'imposent - et en cas de doute, parlez-en à un membre de l'équipe des soins. La perception de la soif est diminuée chez les personnes âgées et il ne faut pas attendre de tels signes pour faire boire.