



Protocole d'urgence - Premiers soins : Coup de chaleur

Le coup de chaleur survient lorsque la température du corps grimpe trop rapidement. C'est une condition plus grave que l'épuisement par la chaleur, qui peut se traiter plus facilement.

1. **Éloigner le groupe, prévenir une responsable et s'assurer que quelqu'un gère l'intervention**
2. **Procéder à L'ABC (examen primaire)**
3. **Déceler les signes et symptômes d'un coup de chaleur**
 - Peau chaude et sèche au toucher
 - Difficulté à respirer
 - Pouls rapide, faible et irrégulier
 - Agitation
 - Maux de tête
 - Étourdissements
 - Nausées ou vomissements
 - Confusion
 - Convulsions
 - Perte de conscience
4. **Déplacer la victime à l'ombre ou dans un endroit frais**
5. **Retirer à la victime ses vêtements superflus**
 - Idéalement, obtenir son consentement.
6. **Refroidir progressivement la victime avec :**
 - Des blocs réfrigérants (enroulés dans un tissu ou autrement)
 - De l'eau froide
 - Des serviettes froides
 - Des compresses froides instantanées (enroulées dans un tissu ou autrement)
7. **S'assurer que la victime boit de l'eau en petites quantités**
8. **Si l'état de la victime ne s'améliore pas après les 15 premières minutes de l'intervention, veiller à ce qu'elle consulte une professionnelle de la santé rapidement**
9. **Si la victime perd ou a perdu conscience et ne respire plus, appeler le 9-1-1 et entreprendre la RCR immédiatement**