

## LES FUMÉES DE FEUX DE FORÊT ET VOTRE SANTÉ

**Baie-Comeau, le 19 juin 2020** – Étant donné qu'un incendie de forêt majeur fait rage présentement au nord du lac Saint-Jean, la fumée peut être ressentie jusque dans la région de la Côte-Nord. C'est pourquoi la Direction de santé publique de la Côte-Nord désire informer la population des risques pour la santé associés à la fumée émanant des feux de forêt.

Le panache de fumée contient des substances irritantes, qui peuvent aggraver ou provoquer des symptômes chez des personnes fragiles ou vulnérables. Il est donc recommandé aux personnes âgées, aux personnes asthmatiques ou souffrant de problèmes cardiaques, ainsi que celles qui souffrent déjà de maladies respiratoires, comme l'emphysème et la bronchite chronique, de diminuer leur exposition et de se limiter aux activités essentielles :

- en demeurant à l'intérieur de leur résidence;
- en fermant les fenêtres;
- en limitant les échanges d'air avec l'extérieur (par exemple, arrêter l'échangeur d'air);
- en évitant de faire toute activité physique intense à l'extérieur.

Étant donné qu'au même moment, un épisode de chaleur est vécu dans certains secteurs, surtout en Haute-Côte-Nord, il est aussi recommandé de boire beaucoup d'eau, sans attendre d'avoir soif, de passer 2 à 3 heures par jour dans un endroit frais ou climatisé, de prendre au moins une douche ou un bain frais par jour pour se rafraîchir et de réduire ses efforts physiques.

Si, malgré ces mesures, certains malaises persistent ou s'accroissent, il est conseillé de consulter le service Info-Santé (8-1-1) ou un médecin. Mentionnons qu'un suivi de la qualité de l'air est en cours et des mises à jour seront diffusées au besoin.

- 30 -

Source : Pascal Paradis  
Conseiller en communication  
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord  
418 589-9845, poste 252268