

FEUX DE FORÊT SUR LA CÔTE-NORD – MESURES DE PRÉVENTION (*Questions/Réponses*)

Des feux de forêt sont actifs dans la région. La fumée pourrait affecter la qualité de l'air dans certaines localités. Les informations suivantes pourront vous aider à protéger votre santé et celle de vos proches.

Quels sont les effets possibles de la fumée sur la santé?

- Picotement des yeux et larmoiement;
- Écoulement nasal et irritation des sinus;
- Mal de gorge;
- Toux légère ou importante;
- Maux de tête;
- Essoufflement;
- Respiration sifflante (incluant crise d'asthme);
- Douleur à la poitrine ou palpitation cardiaque
- Étourdissement.

Quelles sont les personnes les plus à risque?

- Bébé et enfants d'âge préscolaire (moins de 5 ans);
- Personnes âgées de 65 ans ou plus;
- Femmes enceintes;
- Personnes avec des problèmes respiratoires (ex. : asthme, emphysème, bronchite chronique);
- Personnes avec des problèmes cardiaques ou diabète.

Vos symptômes vous inquiètent? Appelez Info-Santé 8-1-1 ou le 9-1-1 en cas de symptômes sévères (ex. : difficulté respiratoire, douleur à la poitrine, palpitation cardiaque).

Que faire si vous êtes inquiets ou si vous vivez de la détresse psychologique?

- Appelez **Info-Social 8-1-1 (option 2)** pour parler à un intervenant psychosocial;
- Consultez les fiches d'information sur le site Web du [CISSS de la Côte-Nord](#).

Comment suivre la qualité de l'air dans votre municipalité et appliquer les mesures adéquates pour protéger votre santé?

- Soyez attentif aux avis publics et aux alertes à la présence de fumée ou à la qualité de l'air;
- Évaluez la qualité de l'air via la carte [AQMap](#) en consultant le document « [Conseils de prévention en cas de mauvaise qualité de l'air liée aux feux de végétation](#) ».

Quelles sont les mesures de prévention à appliquer dans le domicile après une présence importante de fumée dans mon quartier (lorsque l'indice que la qualité de l'air extérieur est bon)?

- Ventilez les pièces adéquatement;
- Enlevez la poussière et la suie avec de l'eau et du savon, en portant des gants;
- N'utilisez pas un balai ou un aspirateur, car ils déplacent la poussière plus qu'ils ne l'enlèvent;
- Nettoyez en profondeur les jeux d'enfants et les articles que vous utilisez souvent;
- Lavez tous les vêtements qui présentent une odeur.

Pour plus d'information au sujet des feux de forêt, consultez le site [Québec.ca](#).