

PRÉVENTION DES MALADIES LIÉES À LA CHALEUR

Le port de l'EPI augmente les risques de maladies liées à la chaleur.



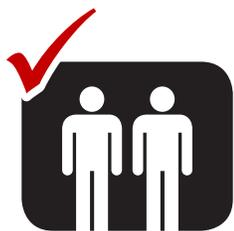
PRENEZ LE TEMPS DE VOUS ACCLIMATER.

Réduisez vos horaires de travail jusqu'à ce que votre corps se soit habitué à la chaleur.



RESTEZ BIEN HYDRATÉ.

Buvez fréquemment de manière à ne pas éprouver de sensation de soif.



SOYEZ ATTENTIF À L'APPARITION DE SYMPTÔMES INDIQUANT UNE MALADIE LIÉE À LA CHALEUR.

Choisissez un partenaire et demandez-lui périodiquement comment il se sent.



PRENEZ LE TEMPS DE VOUS REPOSER ET DE VOUS RAFRAÎCHIR.

Asseyez-vous dans un endroit frais, reposez-vous et réhydratez-vous fréquemment.

Pour plus d'informations : Consignes provisoires pour le personnel de santé fournissant des soins dans les pays d'Afrique de l'Ouest affectés par la flambée de virus Ebola : Limiter le stress thermique généré par le port d'un équipement de protection personnelle (EPI) <http://www.cdc.gov/vhf/ebola>.