

CONSIGNES À SUIVRE LORSQUE LES TERRAINS SONT INONDÉS POUR PRÉVENIR LES RISQUES À LA SANTÉ

La Direction de santé publique (DSPU) du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Outaouais tient à rappeler aux citoyens les mesures de précaution à prendre pour prévenir les problèmes de santé liés à une inondation.

POUR ÉVITER L'ÉLECTROCUTION :

- Avant que l'eau ne s'accumule dans votre domicile, coupez le courant en ayant les pieds au sec. Si l'eau est déjà présente dans votre domicile, consultez Hydro-Québec (1 800 790-2424). Avant de remettre en fonction le courant, faites vérifier l'installation électrique par des spécialistes.

POUR ÉVITER L'INTOXICATION AU MONOXYDE DE CARBONE :

- Ne jamais utiliser à l'intérieur de votre domicile des appareils à combustion conçus pour l'extérieur, tels que pompes, génératrices, barbecue ou matériel de camping (appareils de chauffage et de cuisson). Ces appareils produisent du monoxyde de carbone. Si vous prévoyez utiliser des appareils à combustion dehors, mais près de la maison, munissez-vous d'un avertisseur de monoxyde de carbone à pile.
- Le monoxyde de carbone est un gaz toxique, sans odeur et sans couleur. L'intoxication peut survenir en quelques minutes. Les premiers symptômes d'une intoxication sont des maux de tête, des étourdissements, des nausées, des vomissements et de la fatigue. Une intoxication plus importante peut causer des évanouissements et même la mort.
- En cas de symptômes :
 - quittez immédiatement les lieux;
 - appelez le 9-1-1;
 - laissez la porte ouverte en sortant afin d'aérer complètement l'endroit;
 - ne réintégrez pas les lieux avant d'avoir reçu l'avis des pompiers ou des policiers.

POUR ÉVITER LES MALADIES LIÉES À LA CONSOMMATION OU L'UTILISATION D'EAU :

- Si votre eau potable provient d'un réseau municipal, suivez les directives de la municipalité ou du responsable du réseau d'eau.
- Si votre eau provient d'un puits individuel et que votre terrain est inondé, considérez l'eau comme étant non potable jusqu'à preuve du contraire.
 - Si l'eau est d'apparence normale, la faire bouillir au moins 1 minute à gros bouillons avant de l'utiliser pour boire, préparer les aliments et se brosser les dents.
 - Si l'eau est trouble ou si elle a une odeur inhabituelle, ne pas l'utiliser. Utilisez l'eau embouteillée.

POUR ÉVITER LES PROBLÉMATIQUES DE SANTÉ LIÉES AU CONTACT AVEC L'EAU SOUILLÉE :

- L'eau souillée par les inondations peut contenir des bactéries, virus, résidus de produits chimiques, même si l'eau est d'apparence normale.
- Le contact de la peau avec de l'eau souillée peut occasionner des allergies de contact (dermatite) et des infections, surtout si on a une plaie ou un problème de peau.
- Il est recommandé de ne pas laisser les enfants jouer dans l'eau souillée ni sur les terrains qui ont été inondés, et ce, jusqu'à ce que les sols soient asséchés. Une surveillance accrue est recommandée pour les enfants en bas âge, car ils ont tendance à porter les objets à leur bouche.
- Si vous devez circuler sur des terrains inondés :
 - Portez des bottes de caoutchouc et des vêtements appropriés.
 - Recouvrez vos plaies d'un pansement étanche et stérile.
 - Gardez vos pieds secs.
 - Lavez vos mains fréquemment, particulièrement avant de manger, afin d'éviter les risques de gastro-entérite.
- Jetez tout aliment ou médicament ayant été en contact avec l'eau des crues.

Pour toute situation où la sécurité des personnes est compromise de manière immédiate : 9-1-1

EN CAS DE PROBLÈME DE SANTÉ NON URGENT : INFO-SANTÉ (8-1-1 OU 1-866-567-4036)

- **Faire option 1 pour un problème de santé physique.** Le service Info-Santé permet de joindre rapidement une infirmière en cas de problème de santé non urgent. Le service est offert 24 heures sur 24, 365 jours par année. Les infirmières d'Info-Santé donnent des conseils, peuvent répondre aux questions concernant la santé et vous référer aux ressources appropriées.
- **Faire option 2 pour un problème de santé psychologique ou une situation difficile.** Des intervenants psychosociaux qualifiés sont disponibles 24 heures sur 24, 365 jours par année pour répondre à votre appel. Ils peuvent vous soutenir, vous conseiller, vous donner de l'information ou vous référer aux ressources d'aide appropriées de la région.

Pour des informations complémentaires ou pour en savoir plus, consultez les sections « Inondation » sur le site Web du CISSS de l'Outaouais et sur le [site Web d'Urgence Québec](#).

(www.urgencequebec.gouv.qc.ca)