

# HYPOTHERMIE

## Symptômes

(! Tous les symptômes ne sont pas toujours présents)

L  
E  
G  
E  
R  
E

- Grelottements, frissons et sensation de froid
- Recherche de chaleur
- Coordination difficile de la marche
- Difficulté à manipuler des objets
- Perte du tonus musculaire
- Confusion, indifférence
- Amnésie, hallucinations
- Température corporelle entre 32-35,5°C

S  
E  
V  
E  
R  
E

- Incapacité flagrante à se protéger contre le froid
- Incohérence des actions
- Refus des soins, comportements anormaux
- Absence de tremblements
- Raideur musculaire
- Pouls et battements cardiaques anormaux, lents ou absents
- Inconscience, coma
- Pupilles dilatées
- Température difficile à prendre (28-30°C)

## Interventions

- Suivre activement les patients dès confusion ou indifférence
- Réchauffer graduellement, éviter le réchauffement trop rapide

### - Accroître la production de chaleur :

- Manger (par petites quantités)
- Boire: soupe, cacao (éviter\*: thé, café, coca, alcool)
- Mise en mouvement (seulement si le patient est bien conscient)

### - Réduire la perte de chaleur :

- Mise à l'abri
- Vêtements chauds, secs, sous-vêtements longs, couvertures

### - Chauffer l'environnement:

- Pièce chauffée
- Bouillotte

\* car diurétique et/ou vasodilatateur

### - **APPELER UNE AMBULANCE (100)**

- Ne pas réchauffer la personne brusquement avec une source de chaleur externe
- Isoler la victime pour prévenir la perte de chaleur additionnelle
- Déplacement de la victime de manière délicate car un cœur refroidi est un cœur fragile à risque d'arrêt cardiaque
- Le réchauffement ne doit pas être tenté avant ou pendant le transport