Des précautions à prendre en cas de fortes chaleurs

La plateforme téléphonique d'information « Canicule » **0800 06 66 66** fonctionne tous les jours, de 9h00 à 19h00 (appel gratuit depuis un poste fixe en France). Ce numéro permet d'obtenir des conseils pour aider à supporter les fortes chaleurs et des informations utiles en cas de situation particulière.

Un dossier « Canicule et chaleurs extrêmes » est également disponible sur le site du Ministère de la Santé :

Canicule et chaleurs extrêmes (25 mai 2015)

Ce qu'il convient notamment de faire :

- S'hydrater régulièrement (eau)
- consommer des aliments riches en eau, comme des fruits ou des crudités
- Prévenir la déshydratation en privilégiant les bouillons et les soupes riches en vitamines et minéraux

Et concernant l'insuline et les lecteurs de glycémie ?

La canicule pose également des questions sur le stockage des médicaments (dont l'insuline) et l'utilisation des lecteurs.

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter le dossier **« Conditions climatiques extrêmes et produits de santé »** mis à jour par l'ANSM qui regroupe plusieurs recommandations concernant notamment :

- **Canicule et médicaments :** conservation des médicaments en cas de vague de chaleur (01/06/2015)
  Téléchargez le document sur le site de l'ansm
- **Canicule et lecteurs de glycémie :** informations sur le suivi glycémique (lecteur de glycémie) en cas de vague de chaleur, Questions /Réponses, (10/06/2005)
  Téléchargez le document sur le site de l'ansm