



“Chalè a Twò Fò” – Preparasyon pou moman ki gen twò gwo chalè yo

*Enfòmasyon pou moun ki gen anpil laj ak pou
moun nan fanmi an k ap okipe yo*

Èske ou te konnen gen plis moun ki mouri chak ane poutèt “moman twò gwo chalè” yo pase nan siklòn, loraj, toubiyon, inondasyon, ak tranbleman tè kole ansanm? ² Moman twò gwo chalè yo kapab aji sou tout moun, men se moun ki gen anpil laj yo ki pi an danje.

Moman twò gwo chalè yo, se lè tanperati a rive rete 10 degre oswa pi plis, pandan lontan, pi wo pase nivo mwayenn chalè ki konn genyen nan yon zòn. ³

Yo di moman twò gwo chalè yo fè plis ravaj sou sante moun nan vil yo. Youn nan rezon yo, se paske wout yo ak bilding yo absòbe enèji solèy la, epi yo ede “pòch chalè” yo fòme. Alòske tanperati nan zòn riral yo bese nan aswè, vil yo kontinye kenbe chalè yo absòbe a. Kòm konsekans, rezidan nan vil yo jwenn mwens soulajman aswè anba tanperati cho yo. Erèzman, gen kèk aksyon senp moun ki gen

anpil laj yo, ak moun ki okipe yo, ansanm ak lidè nan kominote yo kapab pran pou diminye konsekans moman twò gwo chalè yo.

Ki moun ki an danje lè chale a wo anpil?

Moun ki gen anpil laj yo, ansanm ak timoun piti yo, anba yon gwo danje pandan moman twò gwo chalè yo. Pou popilasyon sa yo, k-ap vin genyen plis moun ladan yo nan Etazini, sistèm ki rafrech ki kò yo a kapab pa travay byen ankò. Lè yon moun konsa ap viv poukont li, oswa lè li oblije rete nan yon kabann epi li pa kapab okipe tèt li, sa fè li anba plis danje toujou.

Si yon moun deja gen yon pwoblèm sante, tankou yon maladi kwonik, oswa yon pwoblèm mantal, oswa si li twò gwo, sa kapab fè li pi vilnerab toujou. Gen kèk medikaman, lè yon moun oblije pran li, sa fè moun lan pi vilnerab tou.

Pandan yon sezon ete òdinè, gen prèske 1 500 moun ki mouri nan Etazini¹ paske chalè a twò fò pou yo. Nan Chicago, yon sèl vag chalè te touye plis pase 700 moun an 1995. Nan Ewòp, gen yon vag chalè ki te bat tout rekò yo, ki te touye anviwon 35 000 moun an 2003. Nan tou de ka yo, pifò nan viktim yo te gen 65 an oswa pi plis.

Ou ta sezi aprann konbyen moun “moman twò gwo chalè” yo konn touye. Gwoup moun ki vilnerab, tankou moun ki gen anpil laj yo, se yo menm ki anba pi gwo danje a.

Bon nouvèl ki genyen, se aksyon senp moun kapab pran pou pwoteje tèt yo.

Ki prekosyon moun ka pran pou yo pa rete lontan anba chalè ki twò wo?

Pi bon defans ki genyen kont chalè ki twò wo, se prevansyon. Lè kondisyonne, se youn nan pi bon mwayen pwoteksyon ki genyen kont maladi ak lanmò chalè konn lakòz. ⁴ Menm si se sèlman kèk èdtan ou pase nan lè kondisyonne a, pandan yon jounen, sa kapab diminye danje a. Vantilatè elektrik kapab pote soulajman, men si tanperati a monte pi wo lontan pase 90 degre, vantilatè pa anpeche maladi chalè a kapab lakòz.

Pandan moman twò gwo chalè yo, estrateji pou prevansyon sa yo kapab sove lavi moun:

- Si pa gen lè kondisyonne lakay ou, ale nan bilding ki gen lè kondisyonne nan kominote a. Men ki kote yo kapab ye: sant pou moun ki gen anpil laj, sinema, bibliyotèk, sant komèsyal, oswa sant espesyal pou “kenbe moun fre”.
-
- Bwè anpil likid. Pa tann ou swaf pou-w bwè likid. Si yon doktè di-w pa bwè anpil likid, mande li ki kantite ou kapab bwè lè fè cho. Pa bwè likid ki gen kafeyin, oswa alkòl, oswa anpil sik. Bweson sa yo kapab dezidrate-w.
- Mande doktè w oswa pwofesyonèl sante-w la si medikaman w-ap pran yo kapab fè gen plis danje pou-w vin malad lè gen gwo chalè.
- Mete rad ki lejè, ki gen koulè klè, epi ki pa sere-w.
- Si ou konnen moun ki an danje konsa, ale wè yo omwen 2 fwa pa jou. Veye siyal avètisman ki konn parèt pou maladi chalè bay yo, tankou lè po moun sèk ak cho, lè moun vin egare oswa lè yo gen alisinasyon oubyen yo vin agresif.
- Rele 9-1-1 touswit si moun lan bezwen yo ede l.

Epi tou, lè moun rete nan etaj ki pi wo nan bilding ki pa gen lè kondisyonne, yo anba pi gwo danje pandan moman twò gwo chalè yo. Menm jan an, si yon moun patisipe nan aktivite deyò ki mande anpil efò, epi si yon moun bwè alkòl pandan gen chalè ki fò anpil, sa fè konsekans chalè a pi grav toujou.

Kouman twò gwo chalè a ajì sou kò moun?

Pou li ka vin pi fre, kò yon moun akselere sikilasyon san nan po moun lan, epi li fè syè koule sou po a. Lè sistèm ki kontwole tanperati nan kò yon moun twò chaje, moun lan ka gen yon maladi chalè ba li, oswa li ka mouri. Lè sa rive, syè ki soti nan kò moun lan kapab pa ase. Si nivo imidite a wo, sa kapab fè li pi difisil ankò pou kò moun lan travay pou bese tanperati moun lan.

Ki rapò ki genyen ant chalè ki twò fò yo, avèk ensolasyon?

Ensolasyon, se konsekans pi grav ki kapab rive moun pandan yon moman twò gwo chalè. Se sa ki rive lè sistèm pou kontwole tanperati nan kò yon moun pa travay. Lè kò yon moun pa kapab travay pou bese tanperati li, tanperati moun lan monte vit. Kòm konsekans, ensolasyon kapab lakòz dega ki grav epi ki pèmanan nan ògàn vital yon moun.

Lè sa rive, ou ka wè po viktim lan parèt cho ak sèk, epi koulè a wouj. Lòt siyal avètisman ki kapab genyen, se lè moun lan egare, oswa li gen alisinasyon, oswa li vin agresif. Si yo pa trete moun lan touswit, ensolasyon an kapab lakòz li andikape avi, oswa li ka mouri. Bon nouvèl la, se aksyon fasil ki esplik nan paj sa a kouman ou ka anpeche ensolasyon.



Kisa gouvènman lokal ou ka fè pou ede?

Gouvènman lokal la kapab jwe yon wòl enpòtan nan predi ak reyaji lè gen twò gwo chalè. 2 estrateji yo konn swiv anpil kote, se sistèm alèt kont chalè, epi aksyon pou diminye chalè.

Sistèm alèt kont chalè

Sistèm Alèt pou Avèti kont Chalè yo rekonnèt lè chalè a lakòz yon menas kont sante popilasyon an. Sistèm sa yo sèvi avèk pwogram nan òdinatè pou analize prediksyon Sèvis Meteyowolojik Nasyonal yo, ansanm ak lòt enfòmasyon lokal pou predi kondisyon ki gen danje yo. Yo etabli Sistèm Alèt pou Avèti kont Chalè nan Philadelphia, Seattle, Chicago, St. Louis, ak nan kèk lòt vil nan Etazini ak nan Ewòp.

Lè yo aprann gen yon alèt, otorite sante piblik yo kominike enfòmasyon yo bay moun ki gen anpil laj, ak bay moun ki okipe yo, ak bay lòt gwoup moun ki an danje.

Ede moun ki pa gen kay, ak moun ki gen maladi mantal

Aksyon pi ba la yo, se “pi bon mwayen” ofisyèl nan vil la kapab pran pou alète rezidan yo, ak pou ba yo asistans dirèk:

- Pibliye avètisman nan medya yo
- Aktive nimewo telefòn pou sekou yo
- Alète volontè nan katye yo, moun nan fanmi yo, ak zanmi yo
- Rezève bilding ki gen lè kondisyonne, epi bay transpò pou ale nan kote sa yo
- Ede moun ki san kay
- Travay avèk “ajans pou moun ki gen anpil laj” nan zòn lan, pou bay moun ki an danje yo enfòmasyon

Administrasyon Vil yo kapab fè kowodinasyon tou, avèk sèvis elekrisite lokal yo, pou yo pa koupe kouran moun pandan vag chalè a.

Ki aksyon ki pa koute twò chè kominote yo kapab pran pou diminye chalè a?

2 aksyon kominote yo kapab pran, se sèvi avèk materyo konstriksyon ki reflechi reyon solèy la, epi plante pyebwa ak vejetasyon ki bay lonbraj ak frechè natirèl. Tou de estrateji sa yo diminye konsekans pòch chalè yo – ki se kote tanperati lavil yo rive ant 2 ak 10 degre Fahrenheit pi wo pase nan lòt kote nan zòn lan. Epi yo kapab fè tanperati twò cho yo rive mwen souvan, ak dire mwen lontan, ak monte mwen wo.

Estrateji pou diminye chalè, tankou bati “do kay ki fre”, ak beton klè nan lari, epi plante pyebwa pou lonbraj, gen plizyè avantaj. Prekosyon sa yo:

- Fè tanperati nan kote a bese
- Diminye vitès reyaksyon chalè ki fè ozòn mete polisyon nan lè a
- Diminye konsomasyon enèji
- Amelyore konfò ak fasilite pou viv nan kote a



Kouman chalè ki fò anpil yo aji sou mwen?

Pou kò yon moun travay pou bese tanperati li, kò moun lan akselere sikilasyon san nan po a, epi li fè syè koule sou po a. Lè sistèm ki kontwole tanperati nan kò yon moun twò chaje, moun lan ka gen yon maladi chalè a ba li, oswa li ka mouri. Lè sa rive, syè ki soti nan kò moun lan kapab pa ase.

Si nivo imidite a wo, sa kapab fè li pi difisil ankò pou kò moun lan travay pou bese tanperati li.

Pou aprann plis toujou

Inisyativ EPA pou Moun ki Gen Anpil Laj la ap travay sou prekosyon nan anviwonman an pou pwoteje sante moun ki gen anpil laj; pou rive fè sa, l ap fè kowòdinasyon ant rechèch, estrateji prevansyon, ak edikasyon piblik la. Pou plis enfòmasyon, oswa pou patisipe nan "listserv" la, ale nan adrès <http://www.epa.gov/aging>

Lòt referans

Environmental Protection Agency
Heat Island Reduction Initiative
<http://www.epa.gov/heatisland>

Center for Disease Control and Prevention
<http://www.cdc.gov/aging/>
<http://www.cdc.gov/nceh/hsb/extremeheat>
<http://www.cdc.gov/MMWR>

Environmental Health Perspectives
<http://www.ehp.niehs.nih.gov>

American Medical Association,
Heat-Related Illness During Extreme Emergencies
<http://www.ama-assn.org>

National Weather Service,
Heat Wave and Heat Index
<http://www.nws.noaa.gov/pa/secnews/heat/>

Medicine Plus,
Heat Illness
<http://www.niapublications.org/spnagespages/hyperthermia-sp.asp>

National Weather Service
<http://www.nws.noaa.gov/om/hazstats.shtml>

Heat Wave Awareness Project
<http://www.esig.ucar.edu/heat/literate.html>

Nòt anba paj

1. Kalkstein, L.S. and J.S. Greene, 1997. Se yon Etid sou Rapò ant Klima ak Mòtalite nan Gran Vil nan Etazini, ak sou Konsekans Posib si Klima a Chanje. *Environmental Health Perspectives*, 105(1):84-93
2. Centers for Disease Control and Prevention, 2003. Extreme Heat. Ou ka jwenn li sou entènèt: <http://www.cdc.gov/nceh/hsb/extremeheat/default.htm>
3. Federal Emergency Management Administration, Backgrounder on Extreme Heat, Feb. 2002
4. Naughton MP, Henderson A, Mirabelli MC, Kaiser R, Wilhelm JL, Kieszak SM, Rubin CH, McGeehin MA. Mòtalite ki te an rapò ak chalè pandan yon vag chalè Chicago an 1999. *Am J Prev Med*. 2002 May;22(4):328-9.
5. McMichael, A.J., L.S. Kalkstein ak lòt gwo ekriven, 1996. *Climate Change and Human Health*, (eds. A.J. McMichael, A. Haines, R. Slooff, S. Kovats). World Health Organization, and United Nations Environment Programme (Who/WMO/UNEP), Geneva, 297 pp.

