

PIC D'OZONE

MESURES DE PRÉCAUTION

L'ozone et les autres composés présents lors des pics de pollution peuvent entraîner des difficultés respiratoires, de la toux, des irritations au niveau des yeux ou des muqueuses, un essoufflement, une respiration anormale ou des difficultés respiratoires, des maux de tête.

Pour toutes et tous et particulièrement pour les personnes souffrant de problèmes respiratoires, les personnes âgées et les jeunes enfants :



Restez à la maison.



Fermez les fenêtres entre **12h et 22h**.



Si vous devez fournir des **efforts intenses**, prévoyez-les de préférence **tôt le matin** ou le soir **après 20 heures**.



Il n'existe pas de traitement spécifique des troubles dus aux pics d'ozone.
Évitez tout effort et restez à l'intérieur

TROUBLES LIÉS

FORTE CHALEUR

- ✓ Douleurs musculaires, crampes, spasmes.
- ✓ Faiblesse et fatigue, température corporelle élevée, transpiration abondante, pâleur, maux de tête, nausées ou vomissements.
- ✓ Le «**coup de chaleur**» : l'organisme ne parvient plus à contrôler sa température, qui peut dépasser les 40°. La peau est rouge et sèche. La personne est confuse. Sans assistance médicale, le coup de chaleur peut mener jusqu'au coma.

TROUBLES LIÉS

PIC D'OZONE

- ✓ Difficultés respiratoires, exacerbés lors d'efforts physiques importants ;
- ✓ Éventuelle irritation des yeux et des voies respiratoires supérieures ;
- ✓ Toux chez les personnes sensibles ;
- ✓ Maux de tête ;
- ✓ Augmentation de la fréquence et de la gravité des symptômes chez les personnes asthmatiques.

**JE VOIS QUELQU'UN
FAIRE UN MALAISE
J'APPELLE LE 112**



AVIQ

Avec la collaboration de :



0800/16.061



numerograttuit@aviq.be

