

## Extrait de l'arrêté du 20 août 2014

### MESSAGES SANITAIRES À DESTINATION DES POPULATIONS VULNÉRABLES, DES POPULATIONS SENSIBLES ET DE LA POPULATION GÉNÉRALE

Les messages ci-après définissent les informations et recommandations à diffuser aux populations en fonction de la nature de la pollution et des contextes locaux.

<b>Populations cibles des messages</b>	<b>Messages sanitaires</b>
<p><b>Populations vulnérables :</b> Femmes enceintes, nourrissons et jeunes enfants, personnes de plus de 65 ans, personnes souffrant de pathologies cardiovasculaires, insuffisants cardiaques ou respiratoires, personnes asthmatiques.</p> <p><b>Populations sensibles :</b> Personnes se reconnaissant comme sensibles lors des pics de pollution et/ou dont les symptômes apparaissent ou sont amplifiés lors des pics (par exemple : personnes diabétiques, personnes immunodéprimées, personnes souffrant d'affections neurologiques ou à risque cardiaque, respiratoire, infectieux).</p>	<p>Évitez les déplacements sur les grands axes routiers et à leurs abords, aux périodes de pointe (horaires à préciser éventuellement au niveau local).</p> <p>Évitez les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions), autant en plein air qu'à l'intérieur. Reportez les activités qui demandent le plus d'effort.</p> <p><b>Dans tous les cas:</b> En cas de gêne respiratoire ou cardiaque (essoufflement, sifflements, palpitations) :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- prenez conseil auprès de votre pharmacien ou consultez votre médecin (en dehors de ses heures de consultation, contactez le centre 15);</li><li>- privilégiez des sorties plus brèves et celles qui demandent le moins d'effort ;</li><li>- prenez conseil auprès de votre médecin pour savoir si votre traitement médical doit être adapté le cas échéant.</li></ul>
<p><b>Population générale</b></p>	<p>Réduisez les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions).</p> <p>En cas de gêne respiratoire ou cardiaque (essoufflement, sifflements, palpitations), prenez conseil auprès de votre pharmacien ou consultez votre médecin (en dehors de ses heures de consultation, contactez le centre 15)</p>