

Préparation à l'exposition à la fumée (feux de forêt)

Les feux de forêt et leur fumée sont un phénomène normal qui fait partie des étés yukonnais. Il semble toutefois que la saison des feux tend à s'allonger et à s'intensifier. Il est impossible de prédire à quel moment un gros feu de forêt surviendra. Mieux vaut donc se préparer à un été enfumé avant le début de la saison estivale.

Protéger sa santé en réduisant son exposition à la fumée de feu de forêt

- La plupart des gens passent près de 90 % de leur temps à l'intérieur, la qualité de l'air intérieur est donc importante.
- Procurez-vous un purificateur d'air portable à filtre HEPA pour éliminer la fumée qui s'infiltré à l'intérieur. Faites des recherches pour trouver un appareil adapté à vos besoins.
- Si vous avez un système de chauffage à air pulsé, parlez avec votre fournisseur de services afin de savoir quels filtres et paramètres utiliser lorsqu'il y a de la fumée dans l'air.
- Sachez où trouver de l'air sain près de chez vous. Les centres municipaux, par exemple, sont souvent équipés d'un système de climatisation et de filtration de l'air.

Savoir reconnaître les plus vulnérables

Certaines personnes sont plus sensibles à la fumée que d'autres, notamment les personnes atteintes de maladies chroniques comme l'asthme, les maladies cardiaques ou le diabète. Il en va de même pour les personnes enceintes, les bébés, les jeunes enfants et les personnes âgées.

- Si vous ou un membre de votre famille souffrez d'une maladie chronique, demandez à un professionnel de la santé de vous aider à mettre au point un plan de prise en charge en cas d'épisodes de fumée.
- Si vous utilisez des médicaments de secours, assurez-vous d'avoir une réserve à la maison et de toujours les avoir avec vous pendant la saison des feux de forêt. Ayez un plan clair à suivre si vos médicaments de secours ne permettent pas d'atténuer vos symptômes.
- Si vous êtes enceinte, réduisez le plus possible votre exposition à la fumée. Si vous prenez soin d'un bébé durant l'été, élaborer un plan visant à réduire le plus possible son exposition à la fumée.

Ressources

Bien des outils aident à comprendre ce qu'est la qualité de l'air et les effets de la fumée. Voici des sources fiables pour vous informer et vous aider à assurer votre protection.

- La [carte des feux](#) du Yukon est mise à jour régulièrement pour bien refléter l'état de la situation.
- Le système de prévision [FireWork](#) publie des cartes des prévisions de la présence de fumée sur 24 et 72 heures.
- L'application MétéoCAN permet de recevoir des notifications relatives à la qualité de l'air, aux températures extrêmes et à d'autres événements météorologiques importants.
- L'application Cote air santé du gouvernement du Canada permet de recevoir de l'information sur la qualité de l'air à Whitehorse.

Les plus vulnérables

- Les personnes atteintes d'une maladie chronique (pulmonaire ou cardiaque).
- Les personnes enceintes
- Les bébés et les jeunes enfants
- Les personnes âgées
- Les personnes qui travaillent ou font de l'activité physique à l'extérieur.

Réduire son exposition lorsqu'on fait des activités à l'extérieur

- Si vous travaillez en plein air, consultez les ressources de [WorkSafeBC](#) (en anglais).
- Si vous prenez soin de groupes d'enfants ou planifiez des événements qui se déroulent en plein air, assurez-vous d'avoir un plan d'intervention en cas de présence de fumée dans l'air.
- Plus notre respiration est rapide et profonde, plus on inhale de fumée. Le meilleur moyen de réduire son exposition est de réduire ses activités.

