



Health
Canada

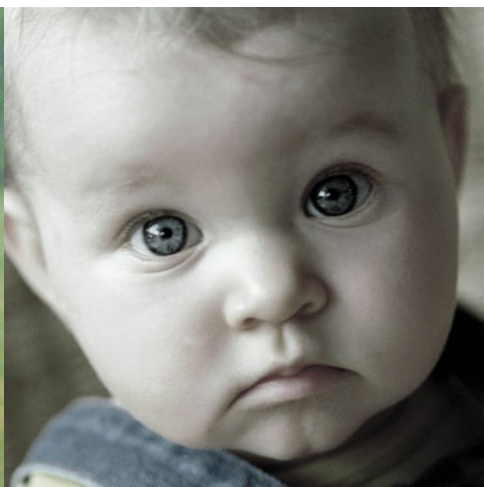
Santé
Canada

*Your health and
safety... our priority.*

*Votre santé et votre
sécurité... notre priorité.*

La Cote air santé :

Une introduction



Canada 



Health
Canada

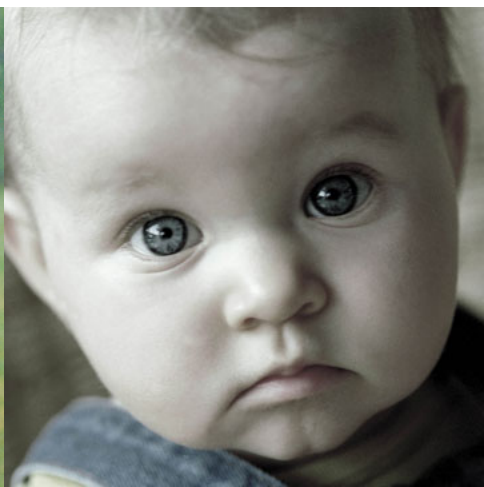
Santé
Canada

*Your health and
safety... our priority.*

*Votre santé et votre
sécurité... notre priorité.*

Aperçu

- Qualité de l'air et santé
- La nouvelle Cote air santé
 - Qu'est-ce que c'est?
 - Comment fonctionne-t-elle?
 - Comment l'utiliser?
 - Où la trouver?
- Questions



Canada 

La pollution atmosphérique...

- est un mélange de substances qui s'accumulent et se transforment dans l'air.
- provient de diverses sources, notamment :
 - du transport;
 - des émissions industrielles;
 - des activités domestiques;
 - de sources naturelles.
- est transportée par le vent sur des centaines de kilomètres.
- est fortement influencée par les conditions météorologiques et la topographie.



Symptômes typiques

- Aggravation des maladies cardiaques ou pulmonaires existantes
 - Oppression thoracique , douleur, fatigue, etc.
- Irritation des yeux
- Augmentation des sécrétions du nez ou de la gorge
- Mal de gorge
- Toux
- Difficulté à respirer,
surtout durant l'activité physique
- Autres...



EFFETS SUR LA FONCTION RESPIRATOIRE



Symptômes :

- Toux
- Respiration sifflante
- Expectorations
- Essoufflement
- Oppression thoracique

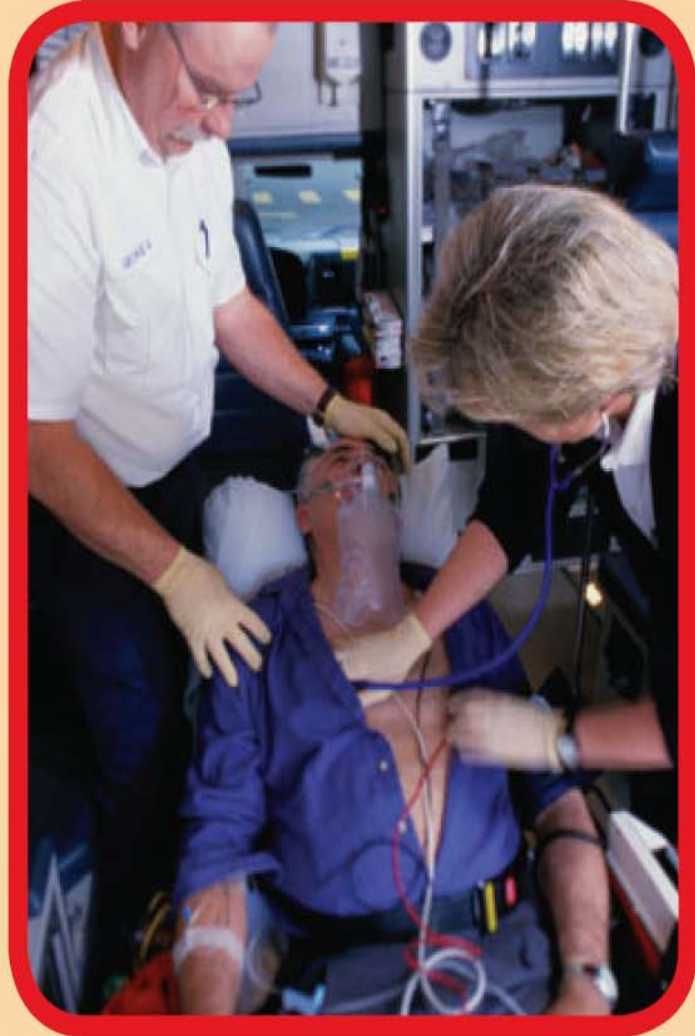
Aggravation de l'état et décès prématurés chez les personnes atteintes :

- d'asthme
- de bronchite (aiguë ou chronique)
- d'emphysème
- de pneumonie

Apparition de nouvelles maladies

- Bronchite chronique
- Vieillissement prématuré des poumons

EFFETS SUR LA FONCTION CARDIOVASCULAIRE



Symptômes :

- Oppression thoracique
- Douleur thoracique (angine de poitrine)
- Palpitations
- Essoufflement
- Fatigue inhabituelle

Aggravation de l'état et décès prématurés chez les personnes présentant :

- une coronaropathie
- une fréquence cardiaque anormale
- une insuffisance cardiaque congestive

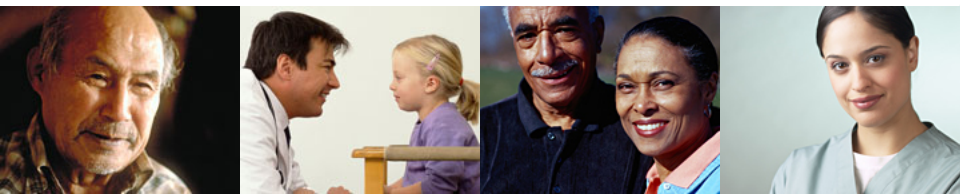
Qui est à risque?

Les plus vulnérables :

- Personnes atteintes d'une maladie cardiaque ou pulmonaire
- Diabétiques
- Personnes âgées
- Enfants
- Personnes qui pratiquent des sports exigeants ou qui effectuent un travail ardu à l'extérieur

Remarque :

- Certaines personnes ignorent qu'elles sont atteintes d'une maladie cardiaque ou pulmonaire.
- Même les adultes en bonne santé peuvent être sensibles.



Que pouvez-vous faire?

1. Renseignez-vous sur la qualité de l'air dans **votre localité**
 - la *Cote air santé*
2. Estimez votre niveau de risque
 - Tenez compte de votre âge, de votre état de santé et de l'intensité de vos activités de plein air.
3. Parlez à votre médecin ou à un autre professionnel de la santé



La Cote air santé

Qu'est-ce que c'est?

- Une échelle qui indique les effets possibles de l'air que vous respirez sur votre santé.
- Un outil de protection pour vous et vos proches.
- Une source d'information qui vise à encourager l'adoption de mesures pour réduire la pollution.



La Cote air santé

Comment fonctionne-t-elle?

- Elle indique les effets possibles de l'air que vous respirez sur votre santé
 - Indique les risques à court terme pour la santé découlant de la combinaison de polluants atmosphériques extérieurs (smog) dans votre localité.
- C'est un outil de protection pour vous et vos proches
 - Indique les risques pour la santé associés aux conditions *actuelles* et *futures* de la qualité de l'air et aide à planifier vos activités.
 - Fournit des conseils selon votre niveau de risque.
- Elle explique comment vous pouvez contribuer à réduire la pollution

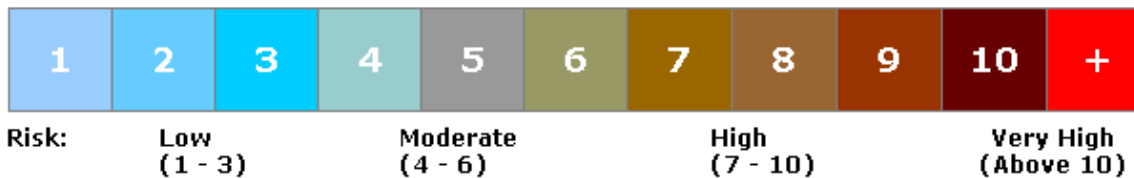


Principales caractéristiques

- ✓ Mise à jour toutes les heures
- ✓ Indice exprimé par un chiffre (1-10, 10+)
- ✓ Catégorie de risque pour la santé (population *en général* ou *vulnérable*)
- ✓ Mesures recommandées pour chaque population
- ✓ Maximum prévu pour la journée, la soirée et le lendemain
- ✓ Renseignements supplémentaires – comment améliorer la qualité de l'air



CAS Toronto



Current

Observed at
11:00 AM EDT Thursday 24
April 2008



At-Risk Population:

- If you have heart or breathing problems, and experience symptoms, consider reducing physical exertion outdoors or reschedule activities to times when the index is lower.
- Follow your doctor's usual advice about managing your condition.

General Population:

- No need to modify your usual outdoor activities.

Forecast Maximums

Issued at 5:57 AM EDT Thursday 24 April 2008



Who is at risk?

People with heart and lung conditions are most affected by air pollution.

To find out if you are at risk, consult [the health guide](#), your physician, or [Toronto Public Health](#).

Did you know...?

The quality of the air you breathe today can affect your health now and for many years to come.

CAS Toronto



Current

Observed at
11:00 AM EDT Thursday 24
April 2008

4

Moderate Risk

At-Risk Population:

- If you have heart or breathing problems, and experience symptoms, consider reducing physical exertion outdoors or reschedule activities to times when the index is lower.
- Follow your doctor's usual advice about managing your condition.

General Population:

- No need to modify your usual outdoor activities.

Forecast Maximums

Issued at 5:57 AM EDT Thursday 24 April 2008

Thursday

6

Moderate Risk

Health Message

Thursday night

5

Moderate Risk

Health Message

Friday

6

Moderate Risk

Health Message

Who is at risk?

People with heart and lung conditions are most affected by air pollution.

To find out if you are at risk, consult [the health guide](#), your physician, or [Toronto Public Health](#).

Did you know...?

The quality of the air you breathe today can affect your health now and for many years to come.

Utilisation de la Cote air santé (1)

1. Déterminez votre groupe

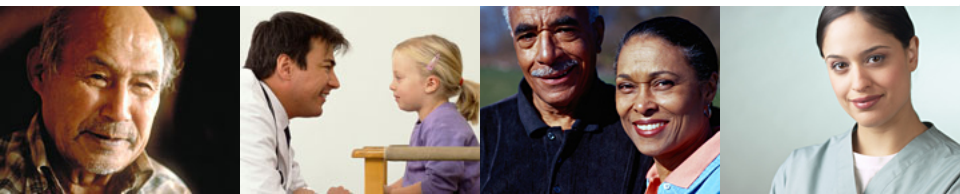
- **Population vulnérable** : personnes atteintes d'une maladie cardiaque ou pulmonaire, personnes âgées, enfants ou personnes pratiquant des sports ou effectuant des travaux ardues à l'extérieur.

OU

- **Population en général** : personnes par ailleurs en santé et celles qui ne fournissent pas d'efforts physiques importants à l'extérieur.

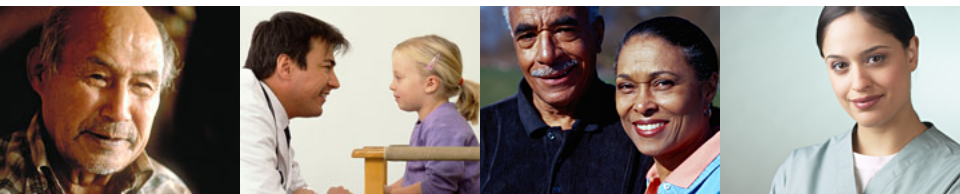
2. Lisez et suivez les mesures recommandées selon votre groupe

3. Planifiez vos activités extérieures en fonction des prévisions



Risque pour la santé	Cote air santé	Messages santé	
		Population vulnérable*	Population en général
Faible risque	1 à 3	Profitez de vos activités habituelles en plein air.	Qualité de l'air idéale pour les activités en plein air.
Risque modéré	4 à 6	Envisagez de réduire ou de réorganiser les activités exténuantes en plein air si vous éprouvez des symptômes.	Aucun besoin de modifier vos activités habituelles en plein air à moins d'éprouver des symptômes comme la toux et une irritation de la gorge.
Risque élevé	7 à 10	Réduisez ou réorganisez les activités exténuantes en plein air. Les enfants et les personnes âgées devraient également modérer leurs activités.	Envisagez de réduire ou de réorganiser les activités exténuantes en plein air si vous éprouvez des symptômes comme la toux ou une irritation de la gorge.
Risque très élevé	Plus de 10	Évitez les activités exténuantes en plein air. Les enfants et les personnes âgées devraient également éviter de se fatiguer en plein air.	Réduisez ou réorganisez les activités exténuantes en plein air, particulièrement si vous éprouvez des symptômes comme la toux et une irritation de la gorge.

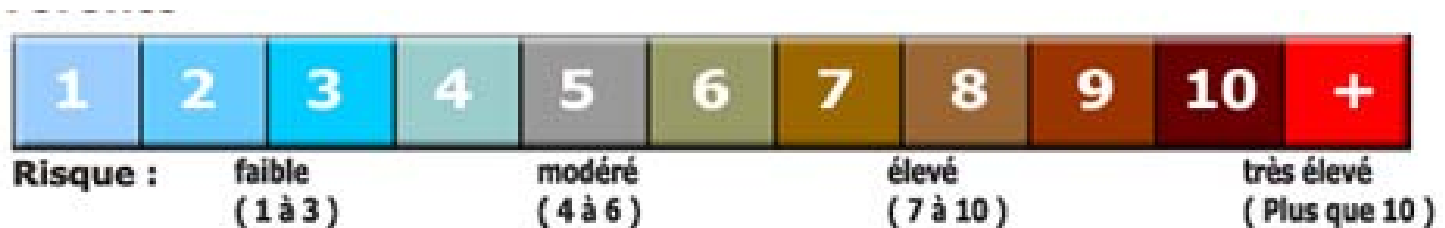
***Les personnes éprouvant des problèmes cardiaques ou respiratoires sont les plus menacées. Observez les conseils habituels de votre médecin sur l'exercice et la manière de prendre soin de vous.**



Utilisation de la Cote air santé (2)

Voici comment fonctionne la Cote air santé (CAS) :

1. Vérifiez l'indice quand des symptômes se manifestent.



2. Surveillez vos symptômes en fonction des changements de la CAS.
3. Déterminez la valeur sur l'échelle qui correspond à une aggravation de vos symptômes ou de votre état de santé.



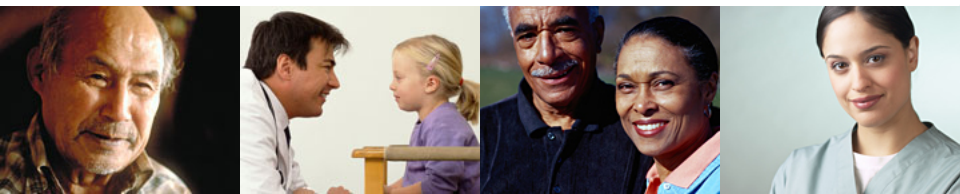
Utilisation de la Cote air santé

Quand la vérifier :

- Avant de vous rendre, vous ou vos proches, au travail ou avant d'aller jouer
- Lorsque vous planifiez des activités en plein air
- Si vous remarquez certains symptômes

Comment la vérifier :

1. Sur le site Web à www.coteairsante.ca
2. Site de la météo d'Environnement Canada
 - <http://www.meteo.ec.gc.ca> – *rendez-vous sur la page de votre ville*
3. Météo-media



Page d'accueil CAS : www.coteairsante.ca



Environment Canada
www.ec.gc.ca

[Français](#) | [Home](#) | [Contact Us](#) | [Help](#) | [Search](#) | canada.gc.ca

[Home](#)

Environment Canada

[Air](#)

[Air Quality](#)

[Air Quality Health Index](#)

[About the AQHI](#)

[Your Local AQHI Conditions](#)

[Are You At-Risk?](#)

[How Can You Improve Air Quality?](#)

[AQHI in Action!](#)

[Air Quality and Weather](#)

[FAQ](#)

[Learn More](#)

Air Quality Health Index

The Air Quality Health Index (AQHI) is a new public information tool that helps Canadians protect their health on a daily basis from the negative effects of air pollution. This tool has been developed by Health Canada and Environment Canada, in collaboration with the provinces and key health and environment stakeholders. Choose from the links below to learn more about the AQHI, to get your local AQHI update, or to find out if you are "at-risk" from air pollution.



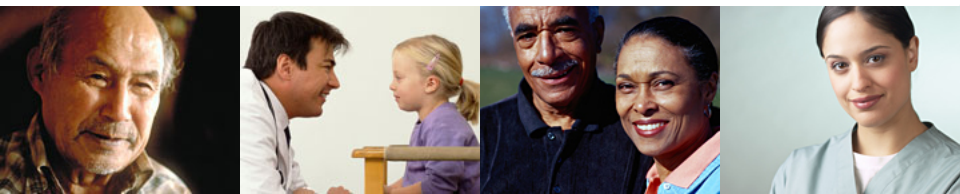
[About the AQHI](#)



[Your Local AQHI Conditions](#)



[Are You At Risk?](#)



Questions?

Pour plus d'information :

- www.coteairsante.ca

