

## LA DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE RAPPELLE LES MOYENS AFIN D'ÉVITER UNE INTOXICATION AU MONOXYDE DE CARBONE

**Rouyn-Noranda, le 11 décembre 2024** – Compte tenu des températures hivernales, la Direction de santé publique de l'Abitibi-Témiscamingue souhaite rappeler les risques associés au monoxyde de carbone et les moyens d'éviter une intoxication.

Le monoxyde de carbone (CO) est un gaz très toxique que l'on ne peut ni voir, ni sentir et qui n'est pas irritant. Il peut être produit lorsque tout type de combustible (ex. : bois, produits pétroliers, gaz) est brûlé. Il provient souvent d'un appareil de chauffage (poêle, fournaise, foyer) défectueux ou mal utilisé à domicile ou dans un chalet. Des expositions dans le cadre du travail peuvent également se produire.

### Comment prévenir les intoxications au monoxyde de carbone?

#### À domicile

Dans le cas de l'utilisation d'un poêle à bois ou un système de chauffage d'appoint, assurez-vous d'avoir un détecteur de fumée et un détecteur de monoxyde de carbone fonctionnel et veillez à ce que la pièce soit bien aérée. Si vous devez utiliser une génératrice, par exemple en cas de panne d'électricité, vous devez l'installer à l'extérieur de votre demeure ou de tout bâtiment habité. Pour en savoir plus sur les précautions à prendre avec les appareils de chauffage d'appoint, consultez la page : [Intoxication au monoxyde de carbone](#).

#### Lors des activités hivernales

- Éviter les démarrages d'automobile, de motoneige et de souffleuse dans des garages ou abris temporaires (ex. : Tempo), même avec les portes ouvertes;
- Toujours déneiger complètement l'automobile avant de la démarrer;
- Lors de randonnées en carriole couplée à une motoneige, s'assurer que cette dernière est spécifiquement adaptée à la motoneige et non conçue pour d'autres types de véhicules récréatifs;
- Éviter de déneiger l'entrée avec une souffleuse munie d'une cabine protectrice (souvent en polythène) pour une période prolongée.

#### Dans un contexte de travail

L'employeur a le devoir d'identifier les espaces couverts où les travailleurs pourraient être exposés à une accumulation de CO et mettre en place des moyens de contrôle pour éliminer ou minimalement réduire cette exposition en dessous des normes en respectant la hiérarchie des moyens de contrôle.

Pour des informations complémentaires, [n'hésitez pas à contacter votre équipe de santé au travail](#).

## Connaître les symptômes de l'exposition au monoxyde de carbone

Les symptômes d'une intoxication au monoxyde de carbone varient selon l'intensité de l'intoxication et ils sont souvent difficiles à reconnaître, car ils ressemblent aux symptômes d'autres problèmes de santé. Il faut être cependant vigilant à leurs apparitions, car même si les enfants, les femmes enceintes, les personnes âgées et les fumeurs sont les populations les plus vulnérables, les conséquences pour un individu en bonne santé peuvent être graves voire mortelles, et conduire à une hospitalisation.

Niveau d'intoxication	Principaux symptômes
Légère	Maux de tête; fatigue; nausées, vomissements
Importante	Maux de tête sévère, Étourdissements; Faiblesse généralisée voire somnolence; Troubles de la vision et du jugement; Difficultés de concentration
Grave	Difficultés dans la coordination, Impossibilité de bouger qui empêchent la personne de quitter les lieux; Douleurs dans la poitrine; Difficultés respiratoires à l'effort, Perte de conscience; une exposition à une concentration trop élevée peut entraîner la mort.

### Que faire lors d'une exposition au monoxyde de carbone :

1. Quittez les lieux en laissant la porte ouverte derrière vous pour ventiler et dirigez-vous à l'extérieur;
2. Composez le 9-1-1;
3. Attendez l'autorisation d'un pompier pour retourner à l'intérieur, même pour quelques minutes;
4. N'utilisez pas vos appareils à combustible avant de les avoir fait vérifier par une personne qualifiée.

**Si vous avez eu des symptômes d'intoxication, veuillez rapidement consulter un médecin.** Ce dernier évaluera si un traitement est nécessaire.

### Sources complémentaires :

[Intoxication au monoxyde de carbone | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](http://quebec.ca)

[MSSS - Protégez-vous - Le monoxyde de carbone tue ! \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)

[Vacanciers soyez vigilants! \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)

[Fiche complète pour Carbone, monoxyde de - CNESST \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)

[RSPSAT - Réseau de santé publique en santé au travail](#)

[Intoxication par le monoxyde de carbone - Lésions et intoxications - Manuels Merck pour le grand public](#)

**Source :** Sarah Charbonneau

Adjointe à la PDG – affaires publiques et relations avec les médias

[08\\_cierrat\\_communications@ssss.gouv.qc.ca](mailto:08_cierrat_communications@ssss.gouv.qc.ca)