

## CANICULE : ATTENTION À L'ALCOOL !

---

Alors que de fortes chaleurs s'installent sur la France, Alcool info service fait le point sur les dangers de l'alcool par températures élevées.

### **L'alcool déshydrate**

Avec ce temps estival il peut être tentant de boire un verre pour se rafraîchir : rosé, bière, pastis, le choix ne manque pas... Si absorber une boisson fraîche peut apporter une sensation de bien-être sur le moment, l'organisme ne réagit pas très bien. En effet, l'alcool favorise la déshydratation. Il fait perdre plus de liquide que ce qu'il apporte à l'organisme et expose au coup de chaleur.

### **Le coup de chaleur : une urgence**

Le coup de chaleur se manifeste pas des crampes, une fatigue inhabituelle, des maux de tête, des vertiges ou la nausée voire des propos qui deviennent incohérents. Si une personne alcoolisée fait un malaise sous le coup de la chaleur appelez les secours.

Par fortes chaleurs, la seule manière de se réhydrater est de boire régulièrement de l'eau et de manger suffisamment. Retrouvez à ce sujet les conseils de Santé publique France dans le fascicule « Canicule, fortes chaleurs : adoptez les bons réflexes ».