



LA POLLUTION DE L'AIR ET LES MALADIES CARDIOVASCULAIRES ET PULMONAIRES

Bulletin sur la santé et la qualité de l'air

La pollution de l'air pourrait avoir un effet négatif sur votre santé si vous souffrez de maladies cardiovasculaires ou pulmonaires. Il est donc important de vous informer afin de pouvoir mieux vous protéger.

Effets sur la santé

La pollution de l'air peut :

- irriter l'appareil respiratoire, causant une inflammation des poumons
- réduire la fonction pulmonaire, ce qui rend la respiration plus difficile
- aggraver l'asthme et la maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC)
- entraîner une hospitalisation, une augmentation de la consommation de médicaments ou même le décès

*LES EFFETS NÉGATIFS SUR
LA SANTÉ AUGMENTENT
PARALLÈLEMENT A
L'AGGRAVATION DE LA
POLLUTION DE L'AIR.*

La pollution de l'air risque de vous toucher davantage si vous souffrez de l'une des affections cardiovasculaires et pulmonaires suivantes :

- angine de poitrine (maladie ischémique ou coronaire)
- insuffisance cardiaque



- troubles du rythme cardiaque (arythmie ou dysrythmie)
- asthme
- maladie pulmonaire obstructive chronique (bronchite, emphysème)
- infections pulmonaires
- cancer du poumon

Sources de pollution de l'air

Les véhicules automobiles, l'activité industrielle, les poêles à bois et la production d'énergie thermo-

électrique sont des sources de pollution de l'air.

La pollution de l'air comprend l'ozone troposphérique, les fines particules en suspension dans l'air, le monoxyde de carbone, les oxydes d'azote et les oxydes de soufre. Ce mélange de substances est souvent appelé smog, et il survient généralement l'été.

La pollution de l'air ne connaît pas de frontières. On peut y être exposé à la fois en milieu urbain et en milieu rural. Elle survient aussi l'hiver.

Mesures à prendre pour vous protéger

- Suivez les conseils de votre dispensateur de soins de santé quant à la prise en charge de votre affection.
- Écoutez les bulletins météorologiques diffusés à la radio ou à la télévision, lisez l'information sur la qualité de l'air dans les journaux locaux et prenez connaissance des avis de smog donnés dans les médias.
- Songez à reporter les activités fatigantes lorsque les niveaux de pollution de l'air sont élevés.

Vous pouvez contribuer à réduire la pollution de l'air

Vous pouvez jouer un rôle important à l'égard de la réduction de la pollution de l'air en :

- utilisant moins la voiture ou en faisant du covoiturage
- utilisant le transport en commun.

Consultez le site Web de Santé Canada sur la santé et la qualité de l'air à l'adresse www.hc-sc.gc.ca/air ou composez le 613-957-1876 pour en savoir davantage sur les effets de la pollution de l'air et sur les mesures à prendre pour contribuer à la réduire.

Notre mission est d'aider les Canadiens et les Canadiennes à maintenir et à améliorer leur état de santé.

Santé Canada

