

## ANNEXE 1

# INTOXICATIONS AU MONOXYDE DE CARBONE, LES OUTILS DE PRÉVENTION

### 1) Les outils à destination des collectivités, de la presse locale :

Ci-après, 3 articles « prêts à insérer » si vous souhaitez publier une information dans votre presse locale ou sur vos réseaux sociaux :

#### Prêt à insérer général

**Maux de tête, nausées, vertiges... reconnaître ces symptômes peut sauver des vies !**

Le monoxyde de carbone (CO) peut être émis par toutes les sources de combustion : chauffage (au bois, au fioul, au charbon, au pétrole), mais aussi cuisinière au gaz, barbecue, brasseur ou groupe électrogène. Il est incolore, inodore et non irritant, il ne prévient donc pas de sa présence. Les seuls signaux d'alerte de l'intoxication sont l'apparition des symptômes. Selon la quantité de CO et la sensibilité des personnes, ces symptômes peuvent varier : maux de tête, nausées, vomissements, fatigue physique et psychique, vertiges... Dans les cas les plus graves, l'intoxication peut aller jusqu'à la perte de connaissance, le coma, voire le décès.

**Il faut penser à une intoxication au CO quand :**

- Les symptômes apparaissent toujours dans un même lieu
- Ils se répètent aux mêmes heures de la journée
- Plusieurs personnes vivant ou cohabitant dans un même lieu présentent certains signes décrits ici.

**Pour éviter une intoxication :**

- Faites vérifier vos installations de chauffage au moins une fois par an par un professionnel.
- Veillez à ce que le conduit de fumée fasse l'objet d'un ramonage mécanique.
- Ne bouchez jamais vos aérations et aérez régulièrement votre logement, même en hiver.
- Les chauffages d'appoint (gaz ou pétrole) ne doivent pas être utilisés plus de 2h consécutives.




#### Prêt à insérer « précarité énergétique »

**Précarité énergétique : Limiter les risques pour votre santé**

Un logement mal isolé, équipé d'un système de chauffe peu performant ou défaillant entrainera davantage de dépenses. L'utilisation de petits chauffages d'appoints (poêle à pétrole, cheminée, etc.) risque de se développer afin de compenser l'augmentation du prix de l'énergie. Mais utilisés dans de mauvaises conditions, ils vous exposent à un risque d'intoxication au monoxyde de carbone.

**Restez vigilants !**  
Le monoxyde de carbone est un gaz toxique, inodore et incolore qui peut être mortel : les premiers signes d'intoxication sont le seul moyen de détecter sa présence. Inhalé, il vient se fixer sur l'hémoglobine du sang pour prendre la place de l'oxygène, causant ainsi l'asphyxie. Maux de tête, vertiges, nausées, vomissements... l'action du monoxyde de carbone peut être très rapide et sa victime peut perdre connaissance en quelques minutes.

**Des gestes qui sauvent...**

- Faire ramoner mécaniquement tous les conduits de fumées par un professionnel qualifié une fois par an;
- Faire vérifier ses installations de chauffage par un professionnel qualifié une fois par an;
- Aérer régulièrement son logement et ne jamais boucher les grilles d'aération ;
- N'utiliser les chauffages d'appoint que quelques heures par jour.




→ Ces 2 pré-insérés sont disponibles en version illustrée (pdf) et en version texte (Word) sous le lien suivant : <https://en.calameo.com/ars-ile-de-france/subscriptions/7269463>

#### Prêt à insérer « groupes électrogènes »

(Informations à diffuser lors d'épisodes de coupures d'électricité, d'inondations, ...)

### Monoxyde de carbone et groupes électrogènes : Comment prévenir les intoxications

Le monoxyde de carbone est un gaz toxique qui touche chaque année plus d'un millier de foyers en France, causant une centaine de décès par an. Il peut être notamment émis par les groupes électrogènes si ceux-ci ne sont pas utilisés de façon appropriée :

- N'installez jamais les groupes électrogènes dans un lieu fermé (maison, cave, garage...) : ils doivent impérativement être placés à l'extérieur des bâtiments.
- Veillez toute l'année à une bonne aération et ventilation de votre logement, tout particulièrement pendant la période de chauffage : aérez au moins 5 à 10 minutes par jour et veillez à ne pas obstruer les entrées et sorties d'air de votre logement.

Pour en savoir plus :

<https://www.iledefrance.ars.sante.fr/monoxyde-de-carbone-1>

## 2) Les outils grand public :

Pour vous aider à la mise en place de ces actions, le **ministère de la Santé et Santé publique France** mettent à disposition des documents d'information et de prévention :

Via le site du Ministère de la Santé :

<https://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/batiments/article/intoxications-au-monoxyde-de-carbone>

- Pour l'**affiche « les dangers du monoxyde de carbone »**,
- Pour le **dépliant généraliste « les dangers du monoxyde de carbone »**,
- Pour le **spot audio**.



Via le site internet de Santé publique France :

<https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/exposition-a-des-substances-chimiques/monoxyde-de-carbone/outils/#tabs>

Ces affiches et dépliants peuvent être mis à disposition en mairie ou distribués par vos agents, techniques ou sociaux, intervenant à domicile.

## 3) Les outils personnes sensibles :

D'autres affiches peuvent être diffusées dans vos **centres de santé municipaux**, vos relais d'assistantes maternelles (**RAM**), vos locaux associatifs fréquentés par des familles, des jeunes enfants, des seniors et des femmes enceintes.

### Affiche « Reconnaître ces symptômes »

Monoxyde de carbone  
**RECONNAÎTRE CES SYMPTÔMES PEUT SAUVER DES VIES !**

Les symptômes suivants doivent vous faire penser à une intoxication au monoxyde de carbone, surtout s'ils apparaissent dans un même lieu ou chez plusieurs personnes vivant ensemble.

Qu'est-ce que le monoxyde de carbone ?  
C'est un gaz invisible et inodore qui provoque une intoxication chronique à long terme ou une intoxication aiguë mortelle. Il est produit par la combustion de combustibles fossiles (gaz, bois, charbon, pétrole, etc.) dans des appareils à gaz mal entretenus ou mal installés.

**1** Perceptions lumineuses  
**2** Mal de tête  
**3** Fatigue Nausées

**4** Vomissements  
**5** Coma

Intoxication chronique  
à ne pas confondre avec une intoxication alcoolique.

Intoxication aiguë  
entraînant à de longs délais.

Ce gaz peut vous faire perdre connaissance en quelques minutes. Si vous pensez être victime d'une intoxication au monoxyde de carbone, arrêtez immédiatement le logement, coupez les appareils de chauffage, évacuez les locaux et appelez les secours (112 n° d'urgence européen - 18 Pompiers - 15 SAMU).

**FEMMES ENCEINTE ET INTOXICATIONS**  
Le fœtus est particulièrement vulnérable face aux intoxications au monoxyde de carbone (CO) notamment parce que l'hémoglobine fœtale a une affinité plus importante pour le CO que l'hémoglobine adulte. Ainsi, il faut être particulièrement vigilant car des signes mineurs d'intoxication chez la femme enceinte bricolent pas une alarme fœtale, laquelle pourra avoir des conséquences de gravité variable.

Logos : appa, ars

### Affiche à destination des femmes enceintes

**Fees**  
Fédération Française des Associations de Parents de France

**FEMMES ENCEINTE :**  
Comment repérer une intoxication au monoxyde de carbone ?

Identifiez ces symptômes :

Perceptions lumineuses  
Mal de tête  
Fatigue Nausées  
Vomissements  
Perte de conscience

Ces symptômes, surtout s'ils apparaissent dans un même lieu ou chez plusieurs personnes vivant ensemble, doivent faire penser à une intoxication au monoxyde de carbone. L'intoxication peut être chronique (durer plusieurs jours) ou aiguë avec un risque de décès. Le fœtus est particulièrement fragile face aux intoxications au monoxyde de carbone.

Qu'est-ce que le monoxyde de carbone ?  
C'est un gaz invisible et inodore qui provoque une intoxication chronique à long terme ou une intoxication aiguë mortelle. Il est produit par la combustion de combustibles fossiles (gaz, bois, charbon, pétrole, etc.) dans des appareils à gaz mal entretenus ou mal installés.

**Si vous présentez ces symptômes :**  
- sortez de chez vous ainsi que votre famille ;  
- appelez les pompiers (18) ou le SAMU (15).

**CONSEILS :**  
Pour réduire le risque d'intoxication :  
- Chaque année, je fais vérifier mes appareils de chauffage par un professionnel (chauffier, charbonnier, plombier...)  
- Je n'utilise jamais de barbecues ou de braises à l'intérieur du logement ni les barbecues pour les grilles de cuisson.  
- J'aère mon logement tous les jours, même en hiver.

Logos : appa, projetfees.fr, ars

→ Lien de téléchargement : <https://en.calameo.com/ars-ile-de-france/subscriptions/7269463>

#### 4) Les outils à destination des publics les plus précaires :

L'Île-de-France connaît depuis quelques années des cas d'intoxication liés à l'usage de **braseros ou appareils de chauffage de fortune en intérieur**. Sur la période de chauffe 2020/2021 le Centre Antipoison de Paris a relevé que 25% des intoxications par le monoxyde de carbone provenaient de l'utilisation de **brasero ou de barbecue en intérieur**. L'Essonne, le Val d'Oise, la Seine-Saint-Denis et Paris sont les départements les plus touchés avec respectivement 25, 23, 17 et 16 % de ces intoxications en Ile-de-France.

L'ARS Île-de-France a créé en collaboration avec l'Association pour la prévention de la pollution atmosphérique (APPA) un outil de communication accessible à tous, y compris aux publics étrangers, pour alerter sur les risques liés à cette pratique : **l'affiche « Brasero : attention danger »**.

Vous pouvez télécharger l'affiche dans la rubrique **Aller plus loin** sur la page internet dédiée de l'ARS Ile-de-France :

<https://www.iledefrance.ars.sante.fr/monoxyde-de-carbone-1>



#### 5) Les outils à destination des lieux de culte :

Des intoxications collectives survenant encore lors de rassemblements culturels ou religieux, un outil de communication spécifique, à relayer par vos services, et téléchargeable à l'adresse suivante :

[https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Fiche\\_lieux\\_de\\_cultes.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Fiche_lieux_de_cultes.pdf)

