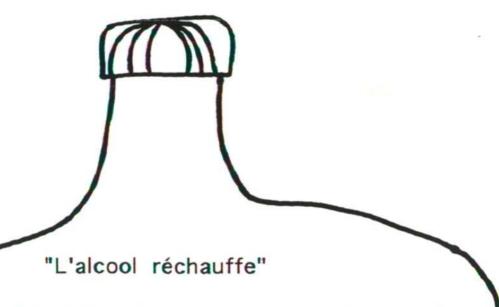
LA GRIPPE

COMPRÉHENSION DE TEXTE

	*
Comme	nt se transmet la grippe?
o durá	o de la grippa est d'anviron 2 mais
∠a dure Vrai ou	e de la grippe est d'environ 2 mois. faux?
	ne est plus sérieux que la grippe. faux?
Quelle (grippe	est la meilleure façon de soulager les malaises ?
	orendre un bain à l'eau pour faire la fièvre.
,	a nevic.

	The Table
_e corps humain est fait de	e 75 %
l y a de l'eau dans toutes Vrai ou faux?	les parties du corps.
Comment sont éliminés le	s déchets du corps?
Comment le corps se rafr	aîchit?
Nomme les rôles importar	nts de l'eau.
Combien d'eau est éliminé	du corps dans un jour?



Faux. Au contraire, <u>l'alcool dilate les vaisseaux sanguins</u> (augmente leur grosseur) de la <u>peau</u>. Ceci a pour effet l'apport d'une plus grande quantité de sang. La perte de chaleur sera donc accrue. Et c'est, justement, cette <u>perte de chaleur</u> qui procure l'<u>illusion</u> que l'alcool <u>réchauffe!</u>

Le "caribou" et le "p'tit coup" réchauffent l'humeur, mais ils ne font pas augmenter la température corporelle! Tuques, mitaines et vêtements de saison sont les meilleurs moyens de lutter contre le froid.

- 1- Quel effet a l'alcool sur les vaisseaux sanguins de la peau?
- 2- Quel est le résultat de cette augmentation de la grosseur des vaisseaux sanguins de la peau?
 - 3- Quel est le meilleur moyen de lutter contre le froid?

40% alcool

MESURES PRÉVENTIVES CONTRE LE FROID

Associez chacune des situations à la mesure préventive appropriée.

		Situations dangereuses		Mesures de sécurité
A.		Alimentation insuffisante	1.	Porter des vêtements chauds et se protéger la tête, les mains et les pieds.
B.		État d'affaiblissement général	2.	Manger souvent des aliments tels que du chocolat, des noix ou des raisins secs si l'on reste à l'extérieur par temps froid.
C.		Vêtements pas assez chauds	3.	Apporter une autre paire de bas de laine pour se garder les pieds au sec.
D.		Exposition prolongée au froid	4.	Éviter de trop se fatiguer ou de boire beaucoup d'alcool si on reste à l'extérieur par temps froid.
E.		Vêtements mouillés	5.	Utiliser le système de surveillance réciproque pour assurer sa sécurité par temps froid.
F.	0	Personne seule	6.	Ne rester à l'extérieur que pendant de courtes périodes par temps très froid.
	A.	<u>2</u> B. <u>4</u> C. <u>1</u>	D.	<u>6</u> E. <u>3</u> F. <u>5</u>

MISE EN SITUATION

Un ami a des gelures graves aux mains et aux avant-bras. Vous êtes dans une région isolée et inaccessible à tous secours médicaux.

Lesquelles des techniques suivantes devez-vous utiliser?

	Oui	Non	
A.			Frictionner énergiquement les mains et les bras de la victime.
B.			Placer les membres gelés sous un robinet d'eau froide grand ouvert.
C.			Faire tremper les mains et les bras de la victime dans un bassin d'eau d'une température minimum de 37°C et maximum de 40°C.
D.			Une fois les mains et les bras dégelés, couvrir les ampoules ou les plaies de gaze stérile.
E.			Laisser les mains et les bras exposés à l'air pour qu'ils se réchauffent.
F.	0		Surveiller attentivement la victime et s'assurer qu'elle n'ait pas froid de nouveau
A.	Non	B. Non	C. Oui D. Oui E. Non F. Oui