



Guide de préparation aux situations d'urgence



Un guide à l'intention des patients soignés à domicile et leur famille

TOUJOURS AVOIR UN PLAN D'URGENCE

Pour toute personne soignée à domicile – ou tout membre d'une famille s'occupant d'un proche à la maison, il est important de prévoir un plan en cas d'urgence afin de disposer, dans les moments critiques, des fournitures nécessaires à sa santé et sa sécurité.

Vous devez en permanence disposer de fournitures, d'outils et de plans vous permettant de rester autosuffisant, au moins pour quelque, quel que soit l'endroit où vous êtes lorsque la catastrophe survient.

LISTE GÉNÉRALE DE PRÉPARATIFS

Création d'une trousse d'urgence pour votre domicile et votre véhicule

- Disposez de provisions, d'eau, de médicaments et de fournitures médicales en quantité suffisante pour survivre 3 à 5 jours sans aucune aide extérieure. Conservez vos fournitures dans un récipient étanche et facile à ouvrir. Prévoyez des articles tels qu'un ouvre-boîte, de la vaisselle et des couverts.
- Ayez (le cas échéant) des couches pour incontinence.
- Étiquetez votre équipement et vos fournitures en précisant vos nom et numéro de téléphone
- Prévoyez, pour les personnes sous oxygène, des bouteilles d'oxygène de secours en cas d'interruption de l'alimentation électrique. Contactez votre organisme de soins à domicile en cas de coupure de courant et utilisez les bouteilles d'oxygène de secours de manière à donner le temps à la société de fourniture de matériel médical de vous en fournir davantage, le cas échéant.
- Ayez à votre disposition un téléphone portable chargé, un poste de radio à piles, une lampe torche avec des piles neuves.
- Où que vous alliez, emportez votre liste de contacts et de numéros importants (c.-à-d., votre médecin, les membres de votre famille, vos voisins, etc.)
- Conservez une liste actualisée des médicaments que vous prenez, le numéro de la pharmacie, les coordonnées du médecin et le numéro à contacter en cas d'urgence.
- Conservez les documents personnels et financiers dans un conteneur portable étanche. Y joindre votre formulaire MOLST (Ordonnances médicales concernant les traitements de survie) et/ou vos directives anticipées.
- Établissez un plan de communication avec famille et amis en cas de séparation. Choisissez un interlocuteur membre de la famille vivant en dehors de votre zone géographique.
- Gardez à portée de main aliments, eau et médicaments pour les animaux de compagnie et prévoyez un abri sûr et des soins.

Préparation à l'avance

- Pendant les tempêtes et les coupures de courant, restez à l'écoute des alertes, des avertissements et des services de secours locaux. Prenez connaissance du plan d'urgence de votre région y compris les itinéraires d'évacuation, les abris et les numéros d'urgence.
- Si vous avez besoin de matériel médical électrique et/ou d'oxygène, avisez le fournisseur d'électricité et signalez le danger majeur que vous encourez en cas de coupures de courant.
- Remplissez le réservoir de votre véhicule et munissez-vous des indications pour gagner l'abri ou l'itinéraire d'évacuation le plus proche.
- En cas d'évacuation – avertissez immédiatement votre prestataire/organisme de soins à domicile. Informez l'organisme de votre plan d'évacuation/de l'emplacement du refuge. Munissez-vous de votre carte Medicare, Medicaid, et/ou d'assurance.

Qui appeler

Gardez, à proximité du téléphone, le numéro de l'agence de soins à domicile si vous avez besoin d'aide. Et en cas de réelle urgence, composez le 9-1-1.

Trousse de secours

Conserver ces articles à portée de main dans la trousse de secours:



Eau – un gallon (3,8 l) d'eau par personne par jour pour au moins trois jours



Nourriture – provision de denrées non périssables pour trois jours minimum



Poste de radio à piles – avec piles de rechange



Lampe de poche – et des piles de rechange



Trousse de premiers secours – Bien vérifier les dates de validité du contenu et les tenir à jour



Sifflet – pour signal de détresse



Masque anti poussière – ou maillot en coton, pour filtrer l'air contaminé



Bâches en plastique et ruban adhésif – pour s'abriter sur place



Clé à molette ou pinces – pour fermer l'eau, le gaz et l'électricité, le cas échéant



Ouvre-boîte – pour ouvrir les boîtes de conserve



Lait infantile et couches – Si vous avez un nourrisson



Cartes locales – y compris une carte de votre région et une carte de la région où vous comptez vous rendre en cas d'évacuation

Besoins spéciaux

De nombreuses personnes souffrant de handicap ou ayant des besoins spéciaux doivent surmonter des difficultés supplémentaires pour se préparer aux situations d'urgence et y faire face. Rencontrez votre famille, vos amis et voisins et faites leur part de vos besoins dans une situation d'urgence et veillez à prévoir à l'avance le soutien dont vous aurez besoin. Si vous avez des besoins spéciaux et vivez à domicile, veillez à vous inscrire auprès de votre service local de pompiers, de l'agence de gestion des urgences du comté et des services publics.

Renseignements et ressources supplémentaires

Pour obtenir des renseignements et ressources supplémentaires, veuillez consulter ces sites Internet :

<http://preparedness.dhmh.maryland.gov>

www.facebook.com/MarylandOPR

www.twitter.com/MarylandOPR

www.mema.maryland.gov

www.mncha.org/emergency-preparedness



Produit avec le concours du Department of Health and Mental Hygiene Office of Preparedness and Response et la Maryland-National Capital Homecare Association.

INSCRIVEZ DANS CETTE CASE, LE NOM ET LE NUMÉRO DE TÉLÉPHONE DE VOTRE AGENCE DE SOINS A DOMICILE .