



Pyramides de Gizeh (Égypte), 41 °C à l'ombre

Régulation de la température interne du corps en cas de paralysie médullaire

Quand la moelle épinière est sectionnée, on n'est plus du tout sensible aux variations de température en dessous du niveau lésionnel. À cela s'ajoute le fait que la perte de contrôle et l'absence de régulation de la partie paralysée du corps ont bien d'autres conséquences qu'il ne faut pas sous-estimer.

- La stimulation des glandes sudoripares (permettant de transpirer) est défaillante. Comme il n'y a plus de sécrétion de sueur, le corps est privé de son effet refroidissant et ne peut pas se refroidir.
- La paralysie motrice empêche le tremblement des muscles augmentant la température du corps.
- Les muscles chargés de l'érection des poils (« chair de poule ») sont paralysés.
- Les vaisseaux sanguins (artères) sont excessivement dilatés en raison de la défaillance du système nerveux sympathique et ne parviennent pas à réduire le débit sanguin de la circulation périphérique.

On parle de « poïkilothermie » (absence de régulation active de la température du corps) pour les personnes dont la température interne du corps se calque sur la température ambiante, comme les lézards ou les serpents. Résultat : par une chaude soirée d'été, il se peut par exemple que la température interne du corps des personnes paralysées médullaires monte en flèche et qu'elle s'apparente à un état fébrile.

D'où l'importance que les personnes concernées veillent à être à l'aise. À défaut de thermomètre, on vérifiera la température du corps de la main ou sur la joue car ces gestes permettent de déceler si elle s'est emballée. L'important est surtout de savoir s'il s'agit d'une hausse de la température du corps due à la défaillance du système nerveux autonome ou s'il s'agit bel et bien d'une poussée de fièvre due à une infection. Dans les situations extrêmes, il faut assurer une régulation active de la température du corps des personnes tétraplégiques afin de prévenir tout risque d'hypothermie ou d'hyperthermie. Il est crucial de vérifier régulièrement la température corporelle, surtout lorsque les températures à l'intérieur d'un bâtiment ou dehors sont extrêmes.

Conseils pour l'été

- La température interne du corps ne doit pas dépasser 39 °C (risque de coup de chaleur).
- Ne pas emmagasiner de chaleur supplémentaire, veiller à ce que le corps perde de la chaleur autant que possible : privilégier les endroits frais et ombragés, porter un couvre-chef pour se protéger du soleil et des vêtements à la fois légers et respirants, mettre un t-shirt mouillé et l'humecter au fur et à mesure afin de rafraîchir le corps.
- Ne pas utiliser de couverture, ou alors opter pour un drap en lin, afin qu'une grande partie du corps puisse refroidir.
- Appliquer des compresses froides, vinaigrées sur les pieds ou les mollets ; lavages du corps (avec de l'eau et des feuilles de menthe ou avec du citron vert).
- Brancher un ventilateur ou un appareil de climatisation (attention aux refroidissements en cas d'utilisation de la climatisation).
- Boire des boissons fraîches.
- Préférez les boissons salées (bouillons) pour rétablir l'équilibre électrolytique.
- Porter des vestes réfrigérantes avant les compétitions sportives. Il existe toute une gamme de vêtements réfrigérants, tels que les vestes, les couvre-chefs, les gants, etc. Ces articles ont un effet rafraîchissant et ne mouillent pas la peau. Il faut les remplir d'eau, cette eau s'évapore à mesure qu'elle se réchauffe, ce qui induit un effet de fraîcheur.
- Humecter la peau nue, y compris la tête, à l'aide d'un brumisateurs (bidon spray rempli d'eau).

Attention

- Les médicaments anticholinergiques (par ex. contre le phénomène de la vessie spastique) ont un effet encore plus inhibiteur sur les sécrétions de sueur, même lorsque tous les mécanismes physiologiques fonctionnent normalement.
- Ne pas appliquer de poche de glace à même la peau !
- Prudence également quand la climatisation n'est pas enclenchée en voiture.
- Prendre une douche ou se baigner n'aide pas vraiment contre l'hyperthermie car la différence de température entre eau froide et corps hyper réchauffé stimule encore plus la production de chaleur par le corps. En outre, le risque inhérent à une trop forte sollicitation du système vasculaire est trop important.
- Coup de chaleur : quand la température interne du corps est supérieure à 40 °C, le cerveau ne le supporte pas, et on perd connaissance. Au-delà de cette température, il y a défaillance des centres de régulation du diencéphale. Le volume du cerveau enflé (œdème cérébral) et peut entraîner de graves séquelles. On encourt le risque de mourir par hyperthermie dès qu'on dépasse 42 °C.

N'hésitez pas à contacter ParaHelp dont les spécialistes se feront un plaisir de vous conseiller.

ParaHelp AG
Guido A. Zäch Strasse 1
6207 Nottwil
T +41 41 939 60 60
info@parahelp.ch