

GESTES DE PREMIERS SECOURS

JE NE SUIS PAS UN MEDECIN, JE SUIS LA POUR LIMITER LES DEGATS

LA PROTECTION

Avant toute intervention se protéger soi-même et les personnes de l'entourage.

Ne pas se mettre en danger pour sauver une victime.

Ecarter tout ce qui pourrait gêner l'intervention des secours.

Sur la route organiser la protection du lieu de l'accident.

L'ALERTE

C'est uniquement le **112** qu'il faut appeler.

Répondre calmement aux questions que l'on nous pose.

S'identifier et dire où l'on se trouve très précisément : adresse complète, entrée, étage

Dire ce que j'ai fait comme gestes auprès de la victime.

LA VICTIME S'ETOUFFE

En cas d'étouffement : taper 5 fois dans le dos avec la paume de la main.

Compression pulmonaire : avec le poing écraser les poumons vers le haut (5 fois).

Calmer et rassurer la victime.

La faire inspirer lentement et tousser.

LA VICTIME SAIGNE ABONDAMMENT

En présence d'une victime qui saigne abondamment le premier geste avant toute autre chose est d'arrêter l'hémorragie par :

- compression manuelle protégée (sac plastique) puis pansement compressif.
- si la compression n'est pas suffisante pose d'un garot (noter l'heure de la pose) et attendre les secours (seul le médecin décidera du retrait du garot (2 heures maximum)

- en cas d'hémorragie extériorisée (oreille) : laisser couler le sang.

- saignement du nez : pencher la tête en avant, boucher la narine pendant 10 mn.

- hémorragie interne : elle peut être décelée par un gonflement des membres sensation d'eau sous la peau, signes de pâleur et ventre dur. Il faut allonger la victime pour ralentir le coeur.

Pour une plaie :

- se laver les mains,
- laver la plaie à l'eau et au savon,
- désinfecter avec un produit incolore qui ne pique pas.

Si plaie au thorax : placer la victime en position demi-assise

Si plaie à l'abdomen : replier les jambes de la victime (jambe à 45°)

Si plaie aux yeux : obturer les 2 yeux.

En cas de brûlures : faire couler de l'eau du robinet sur la brûlure pendant 10

'

En cas de brûlures chimiques : enlever les vêtements et passer sous l'eau.

LA VICTIME EST INCONSCIENTE

Toucher la victime avec la main, lui parler.

Si elle ne répond pas : Faire basculer la tête en arrière, tenir le menton, ouvrir la bouche et attendre 10 " pour s'assurer qu'elle respire.

La mettre en position latérale de sécurité (ou P L S) et la couvrir.

LA VICTIME NE RESPIRE PLUS

Faire massage cardiaque : 100 à 120 pressions /mn sur le thorax avec la main (30 fois)

puis faire 2 insufflations dans la bouche en obturant le nez, puis reprendre les pressions et les insufflations en attendant 1 défibrillateur ou l'arrivée des secours.

LA VICTIME SE PLAINT D'UN MALAISE

DANS N'IMPORTE QUEL CAS : Ne jamais donner à boire à une victime.

En présence d'une personne qui fait un malaise :

- la faire s'asseoir ou s'allonger.

- s'assurer qu'elle ne risque aucun danger dans cette position. La couvrir éventuellement.

- lui demander si cela lui est déjà arrivé, combien de fois et qu'est-ce qu'elle a fait à ce moment là

- poser des questions sur sa santé (médicaments, maladies chroniques, diabète....)

Pour donner un maximum d'informations aux secours.

LA VICTIME SE PLAINT APRES UN TRAUMATISME

Eviter toute mobilisation de la victime.

Eventuellement on peut immobiliser le membre dans la position où il se

trouve.

Si choc à la colonne : mettre une minerve ou tenir sa tête entre ses 2 mains.

Si on doit évacuer une victime il est recommandé de la tirer par les pieds.

En cas d'émanations de gaz dans un local : NE PAS OUVRIR LES FENETRES

NE PAS DONNER A BOIRE A LA VICTIME (elle ne mourra jamais de soif)

Pour de plus amples détails vous pouvez aller voir sur le site internet :

« Formation aux premiers secours. Conseil français de »