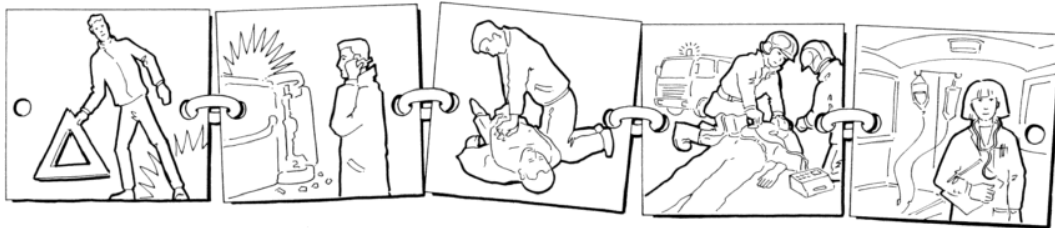


Formation aux Premiers Secours

Références techniques



<http://secourisme.free.fr>

D'après le Guide national de référence du Ministère de l'Intérieur
approuvé par la direction de la défense et de la sécurité civiles

Module 1

La protection

1.1 Définition

Une victime, le sauveteur, toute autre personne menacés par un danger doivent en être protégés. Si la protection n'est pas réalisable, la victime doit être dégagée d'urgence.

Il existe trois niveaux :

- le danger initial ayant provoqué l'accident peut persister ;
- la situation peut s'aggraver ;
- l'accident peut lui-même être générateur de danger.

1.2 Conduite à tenir

1.2.1 Reconnaître les dangers

- Approcher prudemment l'accident, évaluer les dangers, se renseigner auprès des témoins.
- En restant à distance de la victime, regarder tout autour d'elle :
 - évaluer la présence de dangers qui peuvent menacer le sauveteur et la victime,
 - repérer les personnes qui pourraient être exposées aux dangers identifiés.
- Se renseigner éventuellement auprès de témoins.

1.2.2 Protéger

- Quand cela est possible, supprimer immédiatement et de façon permanente les dangers environnants pour protéger l'action du sauveteur, la victime et les autres personnes, notamment du suraccident.
- Délimiter clairement, largement et visiblement la zone de danger et empêcher toute intrusion dans cette zone.

PREMIERS SECOURS

- interdire toute approche si un danger persiste (transport de matières dangereuses) ;
- ne pas fumer et ne pas laisser fumer, en présence d'un feu naissant dans un compartiment moteur, utiliser un extincteur ;
- couper le contact des voitures accidentées, si possible.

1.3.2 Protection dans d'autres situations

Pour pénétrer :

dans un local enfumé, non ventilé retenir sa respiration, la durée de la manœuvre ne doit pas excéder 30 secondes.

en cas d'incendie se protéger au maximum avec ses vêtements, se couvrir le visage, les mains.

S'il y a risque d'explosion par fuite de gaz : ne pas provoquer d'étincelles (interrupteurs, sonnerie, sonnerie, lampe de poche).

En cas de danger électrique : couper le courant avant de toucher la victime.

1.3.3 Protection des populations en cas d'alerte

Sirène

La sirène diffuse un signal prolongé, modulé (montant et descendant). Il est émis trois fois une minute, séparé par un intervalle de cinq secondes.

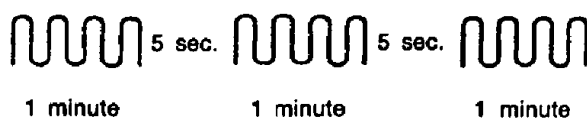


FIG. 1.3 – *Signal d'alerte*

Ce signal a été volontairement prolongé trois fois une minute pour qu'il ne soit pas confondu avec les signaux d'appel, en particulier des sapeurs-pompiers, beaucoup plus brefs. Il annonce un danger imminent (nuage toxique, tornade, etc.)

Il faut immédiatement:

- se mettre à l'abri en s'enfermant dans un local, fermer portes et fenêtres ;
- écouter la radio (France Inter 162 khz ou 1852 m en grandes ondes) sur un poste alimenté par des piles, en ayant soin d'avoir des piles de réserve ;
- ne pas aller chercher ses enfants à l'école ;
- ne pas fumer, éviter toute flamme ou étincelle, fermer le gaz (de ville, butane ou propane) ;

- ne pas téléphoner pour ne pas encombrer le réseau qui doit rester libre pour les secours.

S'assurer que l'entourage a reçu et exécute ces consignes (des consignes complémentaires peuvent être données par haut-parleur).

Lorsque le danger est écarté, la sirène diffuse un signal sonore continu de 30 secondes :

30 secondes

FIG. 1.4 – *Signal de fin d'alerte*

Alertes particulières

Lorsqu'il existe des risques particuliers (chimique, radioactif, etc.), des systèmes d'alerte adaptés existent pour prévenir les populations concernées. La diffusion préventive des consignes à suivre en cas d'alerte est réalisée directement auprès de cette population.

Module 2

L'alerte

2.1 Définition

L'alerte est l'action qui consiste à informer un service d'urgence de la présence d'une ou plusieurs victimes affectées par une ou plusieurs détresses ainsi que de la nature de l'assistance qui leur est apportée.

Dans ce contexte, l'absence d'information d'un service d'urgence peut compromettre la vie ou la santé d'une victime malgré les premiers secours assurés par un sauveteur. La chaîne de secours ne peut fonctionner sans son premier maillon, le témoin qui protège et qui donne l'alerte. Cette alerte, transmise au service d'urgence par les moyens les plus appropriés, doit être rapide et précise.

2.2 Justification

La vie de toute personne peut, un jour ou l'autre, être menacée par un accident ou une maladie brutale.

En France, les secours et les soins sont organisés, il existe des structures publiques ou privées adaptées à ces détresses, chacune a un rôle précis (SAMU, sapeurs-pompiers, police, gendarmerie, hôpitaux, cliniques, ambulanciers, professions de santé).

Toute personne témoin d'une situation de détresse doit, après avoir protégé, alerter les secours et pratiquer les gestes simples pouvant conserver une vie en attendant leur arrivée. Chacun peut donc être le premier maillon de la chaîne de secours.

La chaîne de secours ne peut fonctionner sans son premier maillon, le témoin qui protège et qui donne l'alerte.

L'alerte, transmise au service d'urgence par les moyens les plus appropriés disponibles, doit être rapide et précise pour diminuer les délais de mise en œuvre de la chaîne de secours et de soins.

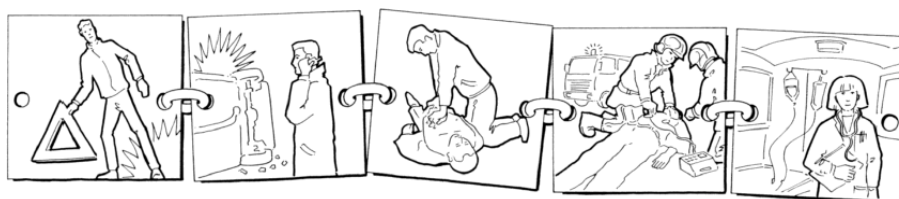


FIG. 2.1 – La chaîne de secours

Tout retard et toute imprécision peuvent concourir à l'aggravation de l'état de la victime.

2.3 Conduite à tenir

2.3.1 Décider d'alerter les secours

- À l'occasion de toute situation présentant des risques ou lorsqu'une vie est en danger ;
- dès que possible, mais après une évaluation rapide et succincte de la situation et des risques.

2.3.2 Se munir d'un moyen de communication

L'alerte des secours peut être réalisée à l'aide :

- d'un téléphone fixe, ou mobile ;
- d'une cabine téléphonique
- d'une borne d'appel (qui est reliée directement à un service de secours).

Cela est fait par le sauveteur ou par l'intermédiaire d'une tierce personne à qui l'on donne les consignes d'appel et qui vient rendre compte une fois l'alerte donnée.

2.3.3 Choisir un service de secours adapté

Le 18 les *sapeurs-pompiers*, pour tout problème de secours.

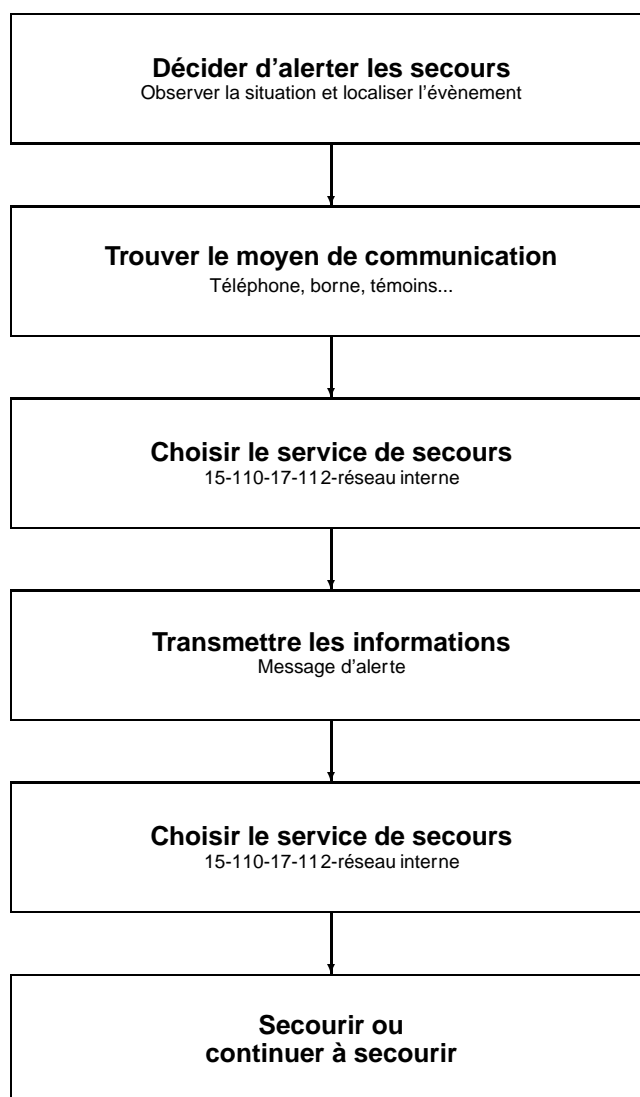
Le 15 le *SAMU*, pour tout problème urgent de santé ; c'est un secours médicalisé.

Le 17 la *police* ou la *gendarmerie*, pour tout problème de sécurité ou d'ordre public.

le 112 numéro d'appel unique des urgences sur le territoire européen, recommandé aux étrangers circulant en France et aux Français circulant à l'étranger.

Ces services sont interconnectés.

Alerter ou faire alerter



TAB. 2.1 – *L'alerte des secours*

Module 3

La victime s'étouffe

3.1 Définition

Le mouvement de l'air entre l'extérieur et les poumons est complètement empêché du fait d'une obstruction totale des voies aériennes.

3.2 Risques

Les voies aériennes permettent le passage de l'air de l'extérieur vers les poumons et inversement. Si ce passage est interrompu, l'oxygène n'atteint pas les poumons et la vie de la victime est immédiatement menacée.

3.3 Signes

La victime est le plus souvent en train de manger, ou, s'il s'agit d'un enfant, en train de jouer avec un objet porté à sa bouche.

Brutalement, la victime :

- porte sa main à sa gorge,
- ne peut plus parler,
- garde la bouche ouverte,
- fait des efforts pour respirer sans que l'air n'entre ni ne sorte,
- ne peut plus tousser.

3.4 Conduite à tenir

La victime se présente habituellement debout ou assise :

1. laisser la victime dans la position où elle se trouve ;
2. constater l'obstruction totale des voies aériennes ;
3. désobstruer les voies aériennes en lui donnant *5 claques dans le dos* ;

- Si le corps étranger n'est pas expulsé :
 - répéter le cycle successivement en alternant les claques dans le dos avec les compressions thoraciques ;
 - faire alerter les secours d'urgence ;
 - continuer jusqu'à obtenir une désobstruction des voies aériennes ou jusqu'à la perte de connaissance du nourrisson.

3.7.2 Obstruction partielle des voies aériennes

Si l'obstruction des voies aériennes n'est pas totale, la victime a du mal à respirer, fait des efforts de toux et parfois présente un sifflement respiratoire. Bien souvent, elle est capable d'expulser elle-même le corps étranger.

En aucun cas le sauveteur ne doit pratiquer les techniques de désobstruction décrites ci-dessus, car elles risqueraient de mobiliser le corps étranger et de provoquer une obstruction totale des voies aériennes et un arrêt de la respiration. Il doit alors :

- la laisser dans la position dans laquelle elle se sent le mieux, le plus souvent assise ;
- demander un avis médical en appelant le 15.

Module 4

La victime saigne abondamment

4.1 Définition

Une perte de sang provient d'une plaie ou d'un orifice naturel. Quand cette perte de sang est abondante prolongée (qui imbibe un mouchoir de toile ou de papier en quelques secondes et qui ne s'arrête pas spontanément), on parle *d'hémorragie*.

4.2 Risques

La perte abondante ou prolongée de sang conduit à une détresse qui menace immédiatement ou à très court terme la vie d'une victime. Tout saignement nécessite une action de secours immédiate, rapide et efficace.

4.3 Signes

La victime présente une perte de sang par une plaie ; on distingue deux cas :

- un saignement dû à une écorchure, éraflure ou abrasion cutanée qui s'arrête spontanément (voir module 8) ;
- un saignement abondant ou hémorragie qui imbibe de sang un mouchoir de toile ou de papier en quelques secondes et qui ne s'arrête pas spontanément.

4.4 Conduite à tenir

Constater l'hémorragie :

- l'hémorragie est le plus souvent évidente ;
- une hémorragie doit aussi être recherchée sur un blessé car elle peut être temporairement masquée par la position de la victime ou un vêtement particulier (manteau, blouson...)

2. Arrêter l'hémorragie :

- en *comprimant directement l'endroit qui saigne* quel que soit le lieu de la plaie, jusqu'à l'arrivée des secours, après avoir écarté les vêtements si nécessaire (voir techniques page 22) ;
- avec un *point de compression* si la compression directe est inefficace ou impossible à réaliser (voir techniques page 24) ;
- en posant un *garrot* en dernière limite si la compression directe puis le point de compression sont impossibles ou inefficaces (voir technique page 25).

3. Allonger la victime en position horizontale. Cette position retarde ou empêche l'installation d'une détresse liée à la perte importante de sang.

4. Donner l'alerte ou mieux, faire donner l'alerte.

5. Vérifier que l'hémorragie est arrêtée et parler régulièrement à la victime en attendant les secours.

- Ne pas donner à boire.
- Protéger la victime contre le froid et/ou les intempéries.
- Pendant toute la réalisation de cette conduite à tenir, le sauveteur expliquera à la victime ce qui se passe pour la reconforter et rechercher sa coopération.

NB: Des maladies peuvent être transmises par le sang en cas de plaie même minime des mains du sauveteur. Dans ce cas, il convient :

- de se protéger par le port de gants ou en interposant un morceau de plastique, au mieux en glissant sa main dans un sac imperméable ;
- d'utiliser une technique d'arrêt du saignement qui n'expose pas au contact direct du sang ;
- de toujours se laver les mains, les désinfecter (eau de javel, dakin...) et retirer les vêtements souillés de sang le plus tôt possible après que l'action de secours soit terminée ;
- d'éviter de porter les mains à la bouche, au nez ou aux yeux ou de manger avant de s'être lavé les mains.

En cas d'inquiétude, à la suite d'un contact avec le sang d'une victime, le sauveteur peut consulter un service d'urgence.

4.5 Justification

Ces techniques permettent d'arrêter l'hémorragie, limiter la perte de sang de la victime et éviter l'installation d'une détresse qui peut entraîner le décès d'une victime.

4.6 Techniques

4.6.1 Compression de l'endroit qui saigne

- Appuyer directement sur l'endroit qui saigne avec les doigts ou la paume de la main (fig. 4.1). Cette technique est facile et rapide ; elle suffit dans la

4.6.2 Compression à distance : les points de compression

Dans les cas où :

- la compression directe sur la plaie est impossible: fracture ouverte, plaie inaccessible ou avec corps étranger que l'on ne doit jamais retirer (risque d'aggraver la lésion) ;
- la compression directe sur la plaie est inefficace, le sang continue de couler ;
- le sauveteur présente une plaie des mains et ne possède pas de moyen de protection,

il faut assurer une compression du vaisseau qui est la principale source de l'hémorragie entre le cœur et la plaie qui saigne.

Le point de compression s'effectue :

- au pli de l'aîne, pour les saignements du membre inférieur ;
- sur la face interne du bras pour les saignements du membre supérieur ;
- à la base du cou pour une plaie du cou qui saigne.

Le sauveteur doit effectuer une pression manuelle ferme et continue et maintenir cette pression pendant le temps nécessaire au service d'urgence pour arriver sur les lieux. En cas de fatigue, le sauveteur peut changer de doigt ou de poing d'appui.

Correctement réalisé, le point de compression entraîne un arrêt du saignement, quelle que soit la main avec laquelle il est effectué.

Hémorragie	Où?	Comment?
Hémorragie du membre inférieur	Au pli de l'aîne	Avec un poing, bras tendu.
Hémorragie du membre supérieur	Sur la face interne du bras	Avec un pouce en appuyant vers l'os
Hémorragie du cou	À la base du cou	Avec un pouce en appuyant vers la colonne vertébrale.

TAB. 4.1 – Les points de compression

Point de compression au pli de l'aîne

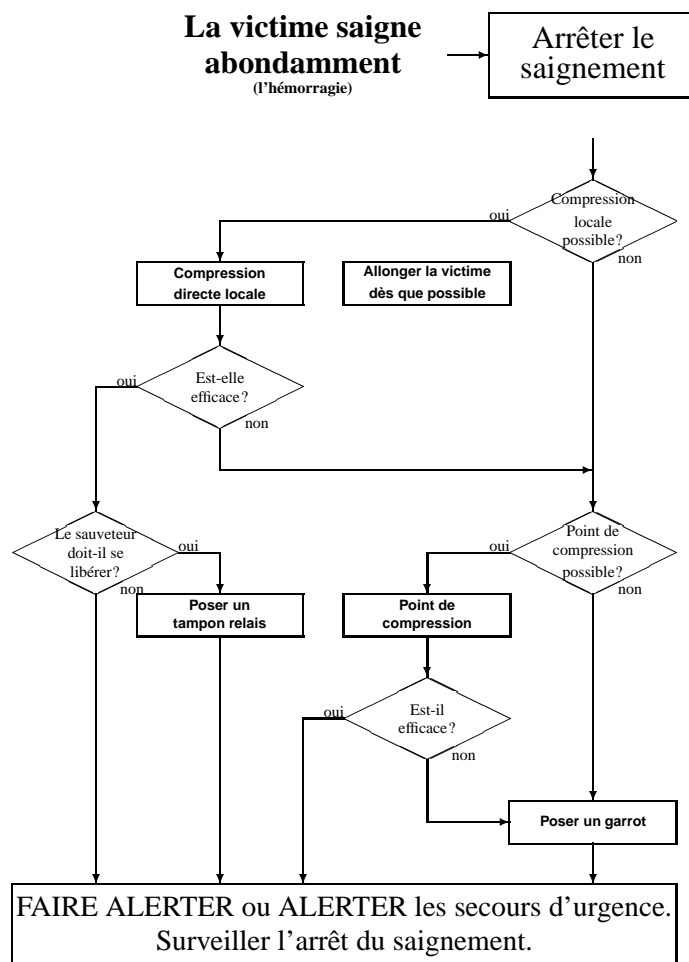
Le sauveteur est au niveau du bassin, sur le côté ; il appuie avec un poing, bras tendu à la verticale, au milieu du pli de l'aîne (fig. 4.2).

Point de compression sur la face interne du bras

Empaumer par dessous le bras de la victime du côté de la plaie qui saigne, le pouce sur la face interne du bras appuie en direction de l'os. Effectuer une légère rotation perpendiculaire à l'axe du bras (fig. 4.2).

4.7.3 Autres hémorragies

Toute perte de sang inhabituelle par un orifice naturel nécessite d'allonger la victime, d'alerter le médecin et de la surveiller sans lui donner à boire.



TAB. 4.2 – La victime saigne abondamment

