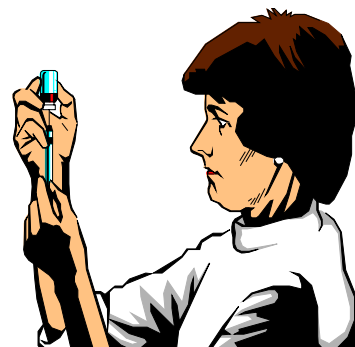
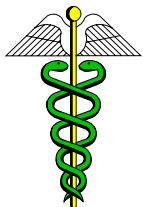
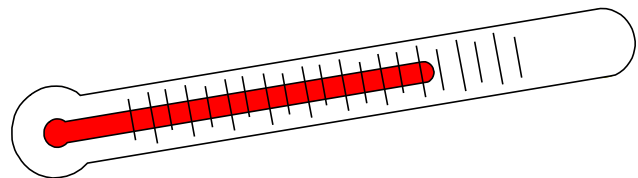


PREMIERS SECOURS

YO/JFK 24.3.1999



PREMIERS SECOURS

Avant tout

- 1) **Observer**
- 2) **Réfléchir**
- 3) **Agir**

Veiller à la sécurité qui est primordiale! (Votre sécurité et celle des autres)

Sécurité sur le lieu de l'accident

La circulation

Détourner celle-ci par des moyens visibles à grande distance (lampes, feux clignotants de panne, triangle de panne,...) mais attention aux vapeurs d'essence: pas de feu !!!

Marquer l'emplacement des objets (véhicules, blessés, ...) avec de la craie par exemple, avant de les déplacer.

Sur l'autoroute, dégager les voies de circulation au plus vite en faisant attention au trafic (pas besoin de marquage à la craie)

Transport des blessés

A ce stade, ne déplacer les blessés que s'il y a un risque pour eux: feu, explosion, autoroute

Alerte des secours

Composer le **144** pour le canton de Vaud. Faire le **117** pour les autres endroits.

Il est essentiel que la personne qui donne l'alerte dise toutes ces informations:

- Qui appelle? (Nom, numéro de tel actuel)
- Quoi? (Type d'accident)
- Où? (Lieu exact, coordonnées, accès)
- Quand? (Heure de l'accident)
- Combien? (de blessés, gravité des blessures)

Autres informations:

- Possibilité d'atterrir en hélicoptère, lignes à haute tension
- Blessé coincé
- fuites d'essence, produits chimiques (donner le n° de la plaque orange)
- passage à niveau

Il ne faut pas se dépêcher d'aller chercher du secours sans avoir un aperçu de la situation en tête, surtout si le téléphone se trouve loin de l'accident (en montagne, par exemple)

Il est utile de remplir l'Aide Mémoire En Cas d'Urgence (AMECU), si vous l'avez sous la main, pour ne rien oublier.

Examen du blessé (RRSS)

Il y a danger de mort si l'un des 3 systèmes vitaux est atteint:

- Respiration: poumons, voies respiratoires
- Circulation sanguine: coeur, vaisseaux sanguins
- Système nerveux Cerveau, moelle épinière

Pour vérifier, on utilise le système **RRSS**:

Répond-t-il?

Le questionner sur son identité, son âge,...

Lui serrer la main, le pincer (mais pas trop fort !)

Respire-t-il?

Ecouter, regarder, mettre la main sur la cage thoracique

Saigne-t-il?

Contrôler tout le corps de haut en bas, à l'intérieur des habits, dans les cheveux, etc.

Son pouls est-il perceptible?

Pouls normal: environ 60 à 80 battements à la minute (30-40 battements en 30 secondes)

* * * * *

Il répond ==> il est conscient

Lui demander ce qui lui est arrivé, quelles sont ses douleurs.

Contrôler qu'il n'y a pas de blessure(s) à la colonne vertébrale (douleurs dorsales, fourmis dans les pieds ou bien rien du tout). Dans ce cas ne **surtout pas le bouger**.

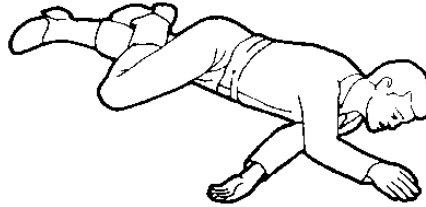
Sinon, l'aider à se mettre dans une position plus confortable.

Le couvrir, ne rien lui donner à manger ni à boire.

Ne pas le quitter des yeux, refaire en permanence le RRSS.

Il ne répond pas ==> il est inconscient

Finir le RRSS, puis posture latérale comme ci-dessous

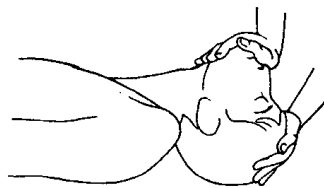


Il ne respire pas

Signes de suffocation:

- respiration rapide, bruyante, irrégulière
- coloration bleuâtre du visage (lèvres et ongles en particulier)
- pas de mouvements visibles de la cage thoracique
- pas de déplacement d'air perceptible
(poser l'oreille et la joue devant la bouche et le nez du blessé)

Respiration artificielle

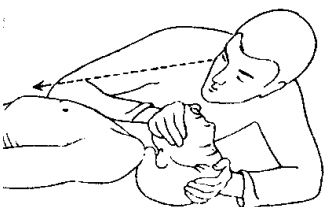


1. Coucher le blessé sur le dos



2. Déboutonner le haut de sa chemise, ôter son foulard

3. Dégager les voies respiratoires



4. Basculer complètement la tête en arrière

5. Appuyer la mâchoire supérieure contre la mâchoire inférieure

6. Insuffler une fois ou deux pour contrôler que l'air passe
sinon vider sa bouche

7. Continuer sans arrêt au rythme de 12-15 insufflation par
minute (environ 1 respiration toute les 3 secondes)

8. lorsque le blessé a retrouvé sa propre respiration: posture
latérale

Précautions

- inspection de la bouche: enlever ce qui peut encombrer
- contrôler le mouvement d'expiration
- ne pas respirer soi-même l'air du blessé: tourner la tête à chaque inspiration

Il respire, mais il est inconscient

L'aider à respirer encore mieux!: lui enlever son foulard s'il est serré, son éventuel collier, détacher les premiers boutons de sa chemise.

ATTENTION: une personne inconsciente ne déglutit pas, il y a donc danger d'asphyxie
Mesures:

- ne rien donner à boire
- la mettre en position latérale
- couvrir le blessé, surveiller constamment sa respiration

Il saigne

Peu: pansement rapide (sparadrap,...)

Régulièrement: (veine)

1. coucher le blessé à plat
2. élévation du membre blessé
3. pansement compressif directement sur la plaie
4. Hôpital

Par saccades: (artère)

1. coucher le blessé à plat
2. élévation du membre blessé
3. compression digitale de l'artère qui saigne
4. pansement compressif directement sur la plaie
5. Hôpital

Jamais de garrot sauf si le membre est complètement arraché, dans ce cas on notera sur le patient à quelle heure le garrot à été posé.

Hémorragie interne

Le blessé a des sueurs froides. Il est très pâle. Son pouls est au dessus de 100 battements par minutes.

Appeler immédiatement les secours!

Divers

- Le pouls normal d'un homme est environ de 60 à 80 battements par minute
- La quantité de sang en [l] d'un homme est égal à environ le 1/12^{ème} de son poids en [kg]
- Une perte de sang jusqu'à ½ [l] est absolument sans danger pour la santé. Elle correspond à la quantité prélevée pour les dons de sang
- La perte tolérable chez l'adulte est de 1.5 [l], c'est-à-dire 30% du volume sanguin.
- Une brûlure au 2^{ème} ou 3^{ème} degré de plus de 15% de la surface du corps peut provoquer la mort!
 - La tête est égale à environ 9 % de la surface totale du corps
 - Chaque bras 9 %
 - Chaque jambes 18 %
 - Le ventre 18 %
 - Le dos 18 %
 - Les organes génitaux 1 %
- L'homme inspire 21% d'oxygène et 79% d'azote
- Il expire 16% d'oxygène, 5% de gaz carbonique, et 79% d'azote.
- En cas d'accident de la circulation, le triangle de panne ou l'avertisseur doit être placé à 100 mètres de l'accident dans la campagne, et 50 mètres dans la ville