

## Prévention et Secours Civiques de niveau 1

L'unité d'enseignement «Prévention et secours civiques de niveau 1» a pour objectif de **faire acquérir à toute personne les compétences nécessaires à l'exécution d'une action citoyenne d'assistance à personne en réalisant les gestes élémentaires de secours**, conformément aux dispositions en vigueur.

Cette unité d'enseignement est dispensée à partir d'un référentiel interne de formation et de certification établi par l'organisme habilité ou l'association nationale agréée au titre duquel le formateur intervient.

Les informations figurant dans le présent document sont destinées à faciliter l'action des organismes habilités et des associations nationales agréées, en leur permettant de disposer de l'ensemble des éléments de langage nécessaires à justifier l'emploi des techniques relatives aux gestes élémentaires de secours, selon une approche scientifique conforme aux recommandations des sociétés savantes.



# SUIVI DES MISES À JOUR

	Version	
	actuelle	antérieure
<b>ALERTE</b>	1.1.1	
<b>ALERTE ET PROTECTION DES POPULATIONS</b>	1.1.1	
<b>ARRÊT CARDIAQUE</b>	1.1.1	
<b>BRÛLURES</b>	1.1.1	
<b>HÉMORRAGIES EXTERNES</b>	1.1.1	
<b>MALAISE</b>	1.1.1	
<b>OBSTRUCTION DES VOIES AÉRIENNES PAR UN CORPS ÉTRANGER</b>	1.1.1	
<b>PERTE DE CONNAISSANCE</b>	1.1.1	
<b>PLAIES</b>	1.1.1	
<b>PROTECTION</b>	1.1.1	
<b>TRAUMATISME</b>	1.1.1	
<b>TECH 1 COMPRESSION LOCALE</b>	1.1.1	
<b>TECH 2 COMPRESSIONS THORACIQUES</b>	1.1.1	
<b>TECH 3 DÉFIBRILLATION</b>	1.1.1	
<b>TECH 4 DÉSOBSTRUCTION PAR LA MÉTHODE DES CLAQUES DANS LE DOS</b>	1.1.1	
<b>TECH 5 DÉSOBSTRUCTION PAR LA MÉTHODE DES COMPRESSIONS ABDOMINALES</b>	1.1.1	
<b>TECH 6 DÉSOBSTRUCTION PAR LA MÉTHODE DES COMPRESSIONS THORACIQUES</b>	1.1.1	
<b>TECH 7 INSUFFLATIONS</b>	1.1.1	
<b>TECH 8 LIBÉRATION DES VOIES AÉRIENNES</b>	1.1.1	
<b>TECH 9 POSITION LATÉRALE DE SÉCURITÉ</b>	1.1.1	
<b>MAT 1 DÉFIBRILLATEUR AUTOMATISÉ EXTERNE</b>	1.1.1	



# ALERTE

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Présentation

---

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.

L'absence d'information d'un service d'urgence peut compromettre la vie ou la santé d'une victime malgré les gestes élémentaires de secours assurés par un sauveteur. Le rôle du sauveteur est donc essentiel.

L'alerte doit être transmise, par le sauveteur ou un témoin, par les moyens disponibles les plus appropriés. Elle doit être rapide et précise afin de diminuer au maximum les délais de mise en œuvre de la chaîne de secours et de soins.

L'alerte des secours est nécessaire dès lors que la situation présente des risques ou qu'une vie est en danger. Elle doit être réalisée, après une évaluation rapide de la situation et des risques et une éventuelle mise en sécurité des personnes, auprès d'un numéro d'urgence gratuit :

- le 18, numéro d'appel des sapeurs-pompiers, en charge notamment des secours d'urgence aux personnes, des secours sur accidents, incendies ;
- le 15, numéro d'appel des SAMU, en charge de la réponse médicale, des problèmes urgents de santé et du conseil médical ;
- le 112, numéro d'appel unique pour l'ensemble des services de secours (interconnexion) afin de permettre un gain de temps dans la transmission des informations. Ce numéro ne se substitue pas aux autres numéros d'urgence, mais présente l'avantage d'être commun à l'ensemble du territoire de l'Union Européenne.

Les secours peuvent conserver l'appelant au téléphone pour le conseiller ou le guider dans l'exécution de gestes, jusqu'à leur arrivée.

## Conduite à tenir

- contacter un service d'urgence à l'aide du moyen le plus adapté :
  - téléphone fixe ou portable ;
  - borne d'appel ;
  - cabine téléphonique...
- transmettre les informations ;
- répondre aux questions posées par les services de secours ;
- appliquer les consignes données ;
- raccrocher, sur les instructions de l'opérateur.

Les informations minimales à transmettre sont :

- le numéro de téléphone ou de la borne à partir duquel l'appel est passé ;
- la nature du problème : maladie, accident...
- la localisation la plus précise possible de l'évènement.

Lorsque l'alerte est transmise par un témoin il convient :

- avant l'alerte, de s'assurer qu'il possède tous les éléments ;
- après l'alerte, de vérifier qu'il a correctement exécuté l'action.

# ALERTE ET PROTECTION DES POPULATIONS

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Principes d'organisation

---

L'alerte aux populations est une mesure exceptionnelle, dont l'efficacité repose sur une connaissance préalable des risques particuliers auxquels les populations s'exposent.

L'alerte des populations consiste à diffuser un signal destiné à avertir les individus d'un danger imminent ou qu'un évènement grave, en train de produire ses effets, est susceptible de porter atteinte à leur intégrité physique. Il se compose de deux codes distincts :

- le signal national d'alerte (SNA) : variation du signal sur trois cycles successifs d'une durée de 1 minute et 41 secondes ;
- le signal de fin d'alerte : signal continu de 30 secondes.

La diffusion de ces signaux repose sur un réseau d'environ 3.800 sirènes permettant, de jour comme de nuit, d'attirer rapidement l'attention des populations pour les appeler à réagir.

Des essais de ce réseau se déroulent le premier mercredi de chaque mois, à midi. Ils permettent à la population d'être capable d'identifier clairement le signal. Lors de ces essais mensuels, le signal émis est une variation sur un cycle restreint de 30 secondes, pour ne pas être confondu avec le SNA.

Par ailleurs, lorsqu'il existe des risques particuliers (chimique, radioactif...) et afin de prévenir les populations concernées, des systèmes d'alerte adaptés sont mis en place afin de pouvoir diffuser un SNA.

Le déclenchement d'un SNA appelle une réaction immédiate de la population afin d'assurer sa mise à l'abri et son confinement ainsi que son information.

Pour s'assurer de la bonne diffusion de ces messages d'information, une convention de partenariat a été signée par le ministère chargé de l'intérieur avec Radio France et France Télévisions. Les messages diffusés visent à informer les populations sur la nature de l'évènement et à délivrer des consignes de comportement précises à suivre impérativement.

---

## Cas particulier

---

Seuls les dispositifs d'alerte propres aux aménagements hydrauliques émettent un signal distinct en cas de danger (corne de brume). Il s'agit alors d'un signal d'évacuation.

## Conduite à tenir

Dès le déclenchement du signal national d'alerte et jusqu'au signal de fin d'alerte :

- se mettre à l'abri, de préférence dans un local clos ;
- se confiner ;
- s'informer sur la situation en écoutant la radio ou en regardant la télévision.

Pour se confiner, il convient :

- de fermer les portes et fenêtres ;
- de calfeutrer les portes, les fenêtres et les bouches d'aération ;
- d'arrêter les systèmes de ventilation ou de climatisation.

Pour s'informer, il convient :

- d'écouter la radio, sur une des stations du réseau de Radio France ;
- de regarder la télévision sur une des chaînes du réseau de France Télévisions.

# ARRÊT CARDIAQUE

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Définition - Signes

Une personne est en arrêt cardiaque lorsque son cœur ne fonctionne plus ou fonctionne d'une façon anarchique, ne permettant plus d'assurer l'oxygénation du cerveau. Une victime est considérée comme étant en arrêt cardiaque lorsqu'elle a perdu connaissance et :

- ne respire pas : aucun mouvement de la poitrine n'est visible et aucun bruit ou souffle n'est perçu ;
- ou présente une respiration anormale avec des mouvements respiratoires inefficaces, lents, bruyants et anarchiques (gasps).

---

## Causes

L'arrêt cardiaque peut être causé par certaines maladies du cœur comme l'infarctus du myocarde. Chez l'adulte, dans près de 50 % des cas, cet arrêt cardiaque soudain, en dehors de l'hôpital, est lié à une anomalie de fonctionnement électrique du cœur : la fibrillation ventriculaire. Il peut aussi être consécutif à une détresse circulatoire (hémorragie).

L'arrêt cardiaque peut aussi être consécutif à une obstruction totale des voies aériennes, une intoxication, un traumatisme ou une noyade... Dans ce cas l'arrêt cardiaque est en général secondaire à un manque d'oxygène.

---

## Risques

Le risque d'un arrêt cardiaque est la mort de la victime à très brève échéance. En effet, l'apport d'oxygène est indispensable, en particulier au niveau du cerveau et du cœur, pour assurer sa survie. Au cours d'un arrêt cardiaque, les lésions du cerveau, consécutives au manque d'oxygène, surviennent dès la première minute.

---

## Principes d'action

Le sauveteur doit permettre la réalisation d'une série d'actions pour augmenter les chances de survie de la victime :

- alerter de façon précoce les secours ;
- réaliser une réanimation cardio-pulmonaire (RCP) précoce ;
- assurer la mise en œuvre d'une défibrillation précoce.

## Prévention et Secours Civiques de niveau 1

Ces différentes étapes constituent une chaîne de survie susceptible d'augmenter de 4 à 40 % le taux de survie des victimes. Chaque minute gagnée dans la mise en place d'un défibrillateur automatisé externe (DAE) peut augmenter de 10 % les chances de survie de la victime.

## Conduite à tenir

- Apprécier l'état de conscience de la victime et pour cela :
  - poser des questions simples (« Comment ça va ? », « Vous m'entendez ? ») ;
  - secouer doucement les épaules ou lui prendre la main et demander d'exécuter un ordre simple (« serrez-moi la main » ...)

En l'absence de réponse ou de réaction de la part de la victime :

- appeler « à l'aide », si le sauveteur est seul ;
- l'allonger sur le dos ;
- libérer les voies aériennes ;
- apprécier la respiration sur 10 secondes au plus. Pour cela :
  - conserver l'élévation du menton de la victime ;
  - se pencher sur la victime, oreille et joue du sauveteur au-dessus de la bouche et du nez de la victime puis :
  - regarder si le ventre et la poitrine se soulèvent ;
  - écouter d'éventuels sons provoqués par la respiration ;
  - sentir un éventuel flux d'air à l'expiration.

En l'absence de respiration, en présence de gags ou en cas de doute, si ...

... un tiers est présent<sup>1</sup> :

- faire alerter les secours et réclamer un DAE ;
- pratiquer une RCP en répétant des cycles de 30 compressions thoraciques suivies de 2 insufflations ;
- faire mettre en œuvre ou mettre en œuvre le DAE le plus tôt possible et suivre ses indications ;
- poursuivre la réanimation entreprise jusqu'au relais par les services de secours ou à la reprise d'une respiration normale.

... aucun tiers n'est présent :

- alerter les secours<sup>2</sup> ;
- en l'absence de DAE, pratiquer une RCP en répétant des cycles de 30 compressions thoraciques suivies de 2 insufflations ;
- si un DAE est à proximité, le mettre en œuvre le plus tôt possible et suivre ses indications ;
- poursuivre la réanimation entreprise jusqu'au relais par les services de secours ou à la reprise d'une respiration normale.

En cas de reprise d'une respiration normale :

- cesser les manœuvres de réanimation ;
- adopter la conduite à tenir adaptée à une victime présentant une perte de connaissance.

Dans tous les cas :

- si les insufflations ne peuvent pas être effectuées (répulsion du sauveteur, vomissements...) ou si elles semblent inefficaces, le sauveteur doit immédiatement reprendre les compressions thoraciques.

---

#### JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

<sup>1</sup> L'adoption d'une conduite unique, simplifie la procédure de prise en charge de l'arrêt cardiaque et améliore la probabilité qu'un témoin intervienne.

<sup>2</sup> A l'époque des téléphones portables, la transmission de l'alerte ne pose plus guère de problème. Dans le cas contraire, un sauveteur seul face à une personne en arrêt cardiaque est en grande difficulté. Il doit appeler très tôt pour donner un maximum de chance de survie à la victime.

# BRÛLURES

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Définition - Signes

---

La brûlure est une lésion de la peau, des voies aériennes ou digestives. Elle est qualifiée de :

- brûlure simple, lorsqu'il s'agit de rougeurs de la peau chez l'adulte ou d'une cloque dont la surface est inférieure à celle de la moitié de la paume de la main de la victime ;
- brûlure grave, dès lors que l'on est en présence :
  - d'une ou plusieurs cloques dont la surface totale est supérieure à celle de la moitié de la paume de la main de la victime ;
  - d'une destruction plus profonde (aspect blanchâtre ou noirâtre parfois indolore) associée souvent à des cloques et à une rougeur plus ou moins étendue ;
  - d'une brûlure dont la localisation est sur le visage ou le cou, les mains, les articulations ou au voisinage des orifices naturels ;
  - d'une rougeur étendue (un coup de soleil généralisé par exemple) de la peau chez l'enfant ;
  - d'une brûlure d'origine électrique ou radiologique.

---

## Causes

---

La brûlure peut être provoquée par la chaleur, des substances chimiques, l'électricité, le frottement ou des radiations.

---

## Risques

---

Suivant l'étendue, la profondeur et la localisation, la brûlure peut entraîner :

- un danger immédiat comme une défaillance circulatoire (en cas de brûlure étendue) ou respiratoire (lors d'une brûlure au visage, au cou ou consécutive à l'inhalation de fumée) ;
- une douleur sévère ;
- des conséquences retardées comme l'infection, les séquelles fonctionnelles ou esthétiques.

---

## Principes d'action

---

Le sauveteur doit identifier la gravité et la nature de la brûlure afin d'adopter la conduite à tenir adaptée.

## Conduite à tenir

- Refroidir la surface brûlée par ruissellement d'eau du robinet tempérée (15 à 25°C), au plus tard dans les 30 minutes suivant la brûlure [1] ;
- en parallèle, retirer les vêtements, s'ils n'adhèrent pas à la peau ;
- évaluer la gravité de la brûlure, puis...

... face à une brûlure grave :

- alerter les secours ;
- poursuivre le refroidissement, selon les consignes données ;
- installer en position adaptée, après refroidissement :
  - allongée en général ;
  - assise en cas de gêne respiratoire ;
- protéger, si possible, par un drap propre, sans recouvrir la partie brûlée ;
- surveiller continuellement

... face à une brûlure simple :

- poursuivre le refroidissement, jusqu'à disparition de la douleur ;
- ne jamais percer les cloques ;
- protéger les cloques par un pansement stérile ;
- demander un avis médical :
  - en l'absence de vaccination antitétanique valide ;
  - s'il s'agit d'un enfant ou d'un nourrisson ;
  - en cas d'apparition dans les jours qui suivent de fièvre, d'une zone chaude, rouge, gonflée ou douloureuse.

## Conduites à tenir particulières

En présence d'une brûlure par produits chimiques :

- arroser immédiatement et abondamment à l'eau courante tempérée, suivant les consignes données lors de l'alerte des secours :
  - l'ensemble du corps en cas de projection sur les vêtements ou la peau ;
  - l'œil, s'il est atteint, en veillant à ce que l'eau de lavage ne coule pas sur l'autre œil ;
- ôter les vêtements imbibés de produits, en se protégeant ;
- ne jamais faire vomir ou boire, en cas d'ingestion de produit chimique ;
- conserver l'emballage du produit en cause ;
- contacter le centre 15 et appliquer leurs consignes.

## Prévention et Secours Civiques de niveau 1

En présence d'une brûlure électrique :

- ne jamais toucher la victime avant la suppression du risque ;
- arroser la zone visiblement brûlée à l'eau courante tempérée ;
- alerter les secours et appliquer les consignes.

En présence d'une brûlure interne par inhalation :

- placer en position assise, en cas de difficultés respiratoires ;
- contacter le centre 15 et appliquer leurs consignes.

---

### JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

1 Le refroidissement immédiat d'une brûlure limite son extension, ses conséquences et la douleur.



# HÉMORRAGIES EXTERNES

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Définition - Signes

Une hémorragie, est une perte de sang prolongée qui provient d'une plaie ou d'un orifice naturel et qui ne s'arrête pas spontanément. Elle imbibe de sang un mouchoir de tissu ou de papier en quelques secondes.

Un saignement dû à une écorchure, une éraflure ou une abrasion cutanée, qui s'arrête spontanément n'est pas une hémorragie.

Le plus souvent, il est facile de constater une hémorragie. Toutefois, celle-ci peut temporairement être masquée par la position de la victime ou un vêtement particulièrement absorbant (manteau, blouson...).

---

## Causes

L'hémorragie est généralement secondaire à une plaie, un traumatisme ou une maladie.

---

## Risques

Les risques d'une perte abondante ou prolongée de sang sont :

- pour la victime : d'entraîner une détresse circulatoire ou un arrêt cardiaque, par une diminution importante de la quantité de sang dans l'organisme ;
- pour le sauveteur : d'être infecté par une maladie transmissible s'il présente des effractions cutanées ou en cas de projection sur les muqueuses (bouche, yeux).

---

## Principes d'action

Le sauveteur doit arrêter ou limiter la perte de sang de la victime et retarder l'installation d'une détresse qui peut entraîner la mort.

## Conduite à tenir

- constater l'hémorragie, si nécessaire en écartant les vêtements ;
- comprimer immédiatement l'endroit qui saigne ;
- allonger la victime [1] ;
- faire alerter les secours, si un témoin est présent ;
- en l'absence de témoin, alerter les secours après avoir relayé la compression par :
  - un pansement compressif, dans la mesure du possible ;
  - la main de la victime elle-même, si un pansement compressif n'est pas réalisable ;
- s'assurer que le sang ne coule plus, sans relâcher la compression ;
- si le saignement se poursuit, le sauveteur reprend la compression manuelle, par dessus l'éventuel pansement compressif ;
- rassurer la victime, en lui parlant régulièrement et en lui expliquant ce qui se passe ;
- protéger contre la chaleur, le froid ou les intempéries ;
- surveiller les signes d'aggravation circulatoire (sueurs abondantes, sensation de froid, pâleur intense).

En cas d'aggravation,

- contacter à nouveau les secours pour signaler l'aggravation ;
- pratiquer les gestes qui s'imposent si la victime a perdu connaissance ou présente un arrêt cardiaque.

## Conduites à tenir particulières

En présence d'une victime qui saigne du nez :

- l'asseoir, tête penchée en avant (ne jamais l'allonger) ;
- lui demander de se moucher vigoureusement ;
- lui demander de comprimer ses narines, avec les doigts, durant 10 minutes, sans relâcher ;
- demander un avis médical si :
  - le saignement ne s'arrête pas ou se reproduit ;
  - le saignement survient après une chute ou un coup ;
  - la victime prend des médicaments, en particulier ceux qui augmentent les saignements.

## Prévention et Secours Civiques de niveau 1

En présence d'une victime qui vomit ou crache du sang :

Il s'agit toujours d'un signe pouvant traduire une maladie grave nécessitant une prise en charge médicale.

- Installer la victime dans la position :
  - où elle se sent le mieux si elle est consciente ;
  - allongée, en position stable sur le côté si elle a perdu connaissance ;
- alerter les secours ;
- conserver les vomissements ou les crachats, si possible, pour les donner aux services de secours ;
- surveiller en permanence.

En présence d'une victime qui perd du sang par un orifice naturel (sauf le nez) et de façon inhabituelle :

- allonger la victime ;
- demander un avis médical et appliquer les consignes.

En cas d'aggravation :

- contacter le centre 15 pour signaler l'aggravation ;
- pratiquer les gestes qui s'imposent si la victime a perdu connaissance.

## Contact du sauveteur avec le sang de la victime

Si le sauveteur risque d'entrer en contact avec le sang de la victime, il doit si possible :

- se protéger par le port de gants ;
- à défaut glisser sa main dans un sac plastique.

En cas de contact avec le sang d'une victime :

- ne pas porter les mains à la bouche, au nez ou aux yeux ;
- ne pas manger avant de s'être lavé les mains et de s'être changé ;
- retirer les vêtements souillés de sang le plus tôt possible après la fin de l'action de secours ;
- se laver les mains ou toute zone souillée par le sang de la victime ;
- se désinfecter (gel hydro-alcoolique, dakin...)
- demander un avis médical, sans délai si le sauveteur :
  - présente une plaie, même minime, ayant été souillée ;
  - a subi une projection sur le visage.

---

### JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

1 La position allongée retarde ou empêche l'installation d'une détresse liée à la perte importante de sang.



# MALAISE

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Définition - Signes

Le malaise est une sensation pénible traduisant un trouble du fonctionnement de l'organisme, sans pouvoir en identifier obligatoirement l'origine. Cette sensation, parfois répétitive, peut être fugace ou durable, de survenue brutale ou progressive.

La victime, consciente, ne se sent pas bien et présente des signes inhabituels.

---

## Causes

Le malaise peut avoir diverses origines : maladies, intoxications, allergies...

---

## Risques

Certains signes, apparemment sans gravité, peuvent être révélateurs d'une situation pouvant à tout moment entraîner une détresse vitale.

---

## Principes d'action

Le sauveteur, après avoir mis la victime au repos, doit recueillir et transmettre les informations afin d'obtenir un avis médical.

## Conduite à tenir

- Observer les signes présentés par la victime ;
- mettre au repos en position :
  - allongée, le plus souvent possible ;
  - assise en cas de difficultés à respirer ;
  - sinon dans la position où elle se sent le mieux ;
- desserrer les vêtements, en cas de gêne ;
- rassurer la victime en lui parlant régulièrement ;
- se renseigner sur son état de santé habituel,
- à sa demande, lui donner
  - son traitement éventuel ;
  - du sucre, en morceaux ;
- demander un avis médical et transmettre les informations recueillies (souvent le médecin régulateur demande à parler directement à la victime) ;
- appliquer leurs consignes.

En cas d'aggravation :

- contacter à nouveau le centre 15 pour signaler l'aggravation ;
- pratiquer les gestes qui s'imposent, si elle est a perdu connaissance.

Les signes à rechercher en présence d'une personne victime d'un malaise sont :

- une douleur dans la poitrine ;
- une douleur abdominale intense ;
- une difficulté à respirer ou à parler ;
- des sueurs abondantes, une sensation de froid ou une pâleur intense ;
- l'apparition soudaine d'un ou plusieurs des signes suivants :
  - faiblesse ou paralysie d'un membre ;
  - déformation de la face ;
  - perte uni ou bilatérale de la vision ;
  - difficulté de langage ou de compréhension ;
  - mal de tête sévère, soudain et inhabituel ;
  - perte d'équilibre, instabilité de la marche ou chutes inexplicables.

Les renseignements à rechercher, auprès de la victime ou de son entourage sont :

- son âge ;
- la durée du malaise ;
- les traitements médicamenteux qu'elle suit ;
- les maladies, hospitalisations ou traumatismes récents dont elle a fait l'objet ;
- de savoir s'il s'agit de la première fois qu'elle présente ce malaise.

# OBSTRUCTION DES VOIES AÉRIENNES PAR UN CORPS ÉTRANGER

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Définition - Signes

---

L'obstruction des voies aériennes est la gêne ou l'empêchement brutal des mouvements de l'air entre l'extérieur et les poumons. Elle est qualifiée :

- d'obstruction partielle, lorsque la respiration reste efficace. La victime :
  - peut parler ou crier ;
  - tousse vigoureusement ;
  - respire, parfois avec un bruit surajouté.
- d'obstruction totale, lorsque la respiration n'est plus efficace, voire impossible. La victime :
  - ne peut plus parler, crier, tousser ou émettre aucun son ;
  - garde la bouche ouverte ;
  - s'agite, devient rapidement bleue puis perd connaissance.

---

## Causes

---

L'obstruction se produit le plus souvent lorsque la personne est en train de manger ou, s'il s'agit d'un enfant, de jouer avec un objet qu'il a mis à la bouche.

---

## Risques

---

Le risque lors d'une obstruction est de mettre en jeu immédiatement la vie de la victime, en l'absence de gestes de secours efficaces.

---

## Principes d'action

---

L'action du sauveteur doit permettre :

- de désobstruer les voies aériennes, si elles sont totalement bouchées ;
- d'empêcher toute aggravation en cas d'obstruction partielle.

## Conduite à tenir

En présence d'une victime présentant une obstruction partielle :

- ne jamais pratiquer de technique de désobstruction ;
- installer la victime dans la position où elle se sent le mieux ;
- encourager à tousser [1] ;
- demander un avis médical et appliquer les consignes ;
- surveiller attentivement la victime.

Si l'obstruction devient totale, il convient d'appliquer la conduite à tenir adaptée.

En présence d'une victime présentant une obstruction totale :

- donner des claques dans le dos ;
- réaliser des compressions en cas d'inefficacité des « claques dans le dos » :
  - au niveau abdominal s'il s'agit d'un adulte ou d'un enfant ;
  - au niveau thoracique s'il s'agit d'un nourrisson, d'un adulte obèse ou d'une femme dans les derniers mois de sa grossesse ;
- répéter le cycle « claques dans le dos » et « compressions » ;
- interrompre les manœuvres dès :
  - l'apparition d'une toux, de cris ou de pleurs ;
  - la reprise de la respiration ;
  - le rejet du corps étranger.

Si les manœuvres de désobstruction sont efficaces :

- installer dans la position où elle se sent le mieux ;
- reconforter en lui parlant régulièrement ;
- desserrer les vêtements ;
- demander un avis médical et appliquer leurs consignes ;
- surveiller la victime.

Si la victime perd connaissance :

- accompagner au sol ;
- faire alerter ou alerter les secours ;
- réaliser une réanimation cardio-pulmonaire ;
- vérifier la présence du corps étranger dans la bouche, à la fin de chaque cycle de compressions thoraciques. Le retirer prudemment s'il est accessible.

---

### JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

1 Le fait d'encourager à tousser aide au rejet du corps étranger.

# PERTE DE CONNAISSANCE

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Définition - Signes

Une personne a perdu connaissance lorsqu'elle ne répond à aucune sollicitation verbale ou physique, mais qu'elle respire.

---

## Causes

Les causes de cette perte de connaissance peuvent être d'origine traumatique, médicale ou toxique.

---

## Risques

Le risque de la perte de connaissance est d'évoluer vers l'arrêt respiratoire et l'arrêt cardiaque. En effet, la respiration n'est possible que si les voies aériennes permettent le passage de l'air sans encombre.

Une personne qui a perdu connaissance, laissée sur le dos, est toujours exposée à des difficultés respiratoires, du fait de l'encombrement ou de l'obstruction des voies aériennes par :

- des liquides présents dans la gorge (salive, sang, liquide gastrique) ;
- la chute de la langue en arrière.

---

## Principes d'action

Le sauveteur doit assurer la liberté des voies aériennes de la victime afin de permettre l'écoulement des liquides vers l'extérieur en attendant l'arrivée des secours.

## Conduite à tenir

- Apprécier l'état de conscience de la victime et pour cela :
  - poser des questions simples (« Comment ça va ? », « Vous m'entendez ? ») ;
  - secouer doucement les épaules ou lui prendre la main et demander d'exécuter un ordre simple (« Serrez-moi la main »...) ;

Si la victime répond ou réagit : elle est consciente. Il convient d'adopter la conduite à tenir adaptée au malaise.

Si la victime ne répond pas et ne réagit pas, elle a perdu connaissance. Il convient de :

- demander de l'aide, si vous êtes seul ;
- allonger la victime sur le dos ;
- libérer les voies aériennes ;
- apprécier la respiration sur 10 secondes au plus. Pour cela :
  - conserver l'élévation du menton de la victime
  - se pencher sur la victime, oreille et joue du sauveteur au-dessus de la bouche et du nez de la victime puis :
    - regarder si le ventre et la poitrine se soulèvent ;
    - écouter d'éventuels sons provoqués par la respiration ;
    - sentir un éventuel flux d'air à l'expiration.

En présence d'une victime qui a perdu connaissance et qui respire :

- la placer en position stable sur le côté (Position latérale de sécurité) ;
- faire alerter par un témoin ou alerter personnellement les secours ;
- protéger contre la chaleur, le froid ou les intempéries ;
- surveiller la respiration de la victime, jusqu'à l'arrivée des secours. Pour cela :
  - regarder si le ventre et la poitrine se soulèvent ;
  - écouter d'éventuels sons provoqués par la respiration ;
  - sentir, avec le plat de la main, le soulèvement du thorax.

Si la victime ne respire pas ou si sa respiration s'arrête ou devient anormale, il convient d'adopter la conduite à tenir face à un arrêt cardiaque.

# PLAIES

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Définition - Signes

---

La plaie est une lésion de la peau, revêtement protecteur du corps, avec une atteinte possible des tissus situés dessous. Elle est qualifiée de :

- plaie simple, lorsqu'il s'agit d'une petite coupure superficielle, d'une éraflure saignant peu ;
- plaie grave du fait :
  - d'une hémorragie associée ;
  - d'un mécanisme pénétrant : objet tranchant ou perforant, morsures, projectiles...
  - de sa localisation : thoracique, abdominale, oculaire ou proche d'un orifice naturel ;
  - de son aspect : déchiqueté, écrasé...

---

## Causes

---

La plaie est généralement secondaire à un traumatisme, elle est provoquée par une coupure, une éraflure, une morsure ou une piqûre.

---

## Risques

---

Les risques d'une plaie, suivant son importance et sa localisation, peuvent être à l'origine d'une aggravation immédiate de l'état de la victime par hémorragie ou par défaillance de la respiration.

Elle peut être aussi à l'origine d'une infection secondaire dont la plus grave est le tétanos.

Le tétanos est une maladie très grave, parfois mortelle. Seule la vaccination antitétanique, effectuée tous les 10 ans chez l'adulte ou 5 ans chez l'enfant, protège de cette maladie.

---

## Principes d'action

---

Le sauveteur doit identifier la gravité de la plaie afin d'adopter une conduite à tenir adaptée.

## Conduite à tenir

- Evaluer la gravité de la plaie, puis...

... face à une plaie grave :

- ne jamais retirer le corps étranger (couteau, morceau de verre...) [1] ;
- installer en position d'attente et sans délai la victime :
  - assise [2] en présence d'une plaie au thorax ;
  - allongée [3], jambes fléchies [4] en présence d'une plaie de l'abdomen ;
  - allongée, yeux fermés [5] en demandant de ne pas bouger la tête en présence d'une plaie à l'œil ;
  - allongée [6] dans tous les autres cas ;
- protéger de la chaleur, du froid ou des intempéries ;
- appeler les secours et appliquer les consignes ;
- réconforter la victime en lui parlant régulièrement et en lui expliquant ce qui se passe ;
- surveiller la victime.

... face à une plaie simple :

- se laver les mains à l'eau et au savon ;
- nettoyer la plaie en rinçant abondamment à l'eau courante, avec ou sans savon [7], en s'aidant d'une compresse si besoin pour enlever les souillures ;
- désinfecter à l'aide d'un antiseptique, éventuellement ;
- protéger par un pansement adhésif ;
- vérifier l'existence d'une vaccination antitétanique en cours de validité ;
- conseiller de consulter un médecin :
  - en l'absence de vaccination antitétanique valide ;
  - en cas d'apparition dans les jours qui suivent de fièvre, d'une zone chaude ; rouge, gonflée ou douloureuse.

---

### JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

1 L'interdiction de retirer le corps étranger d'une plaie évite toute aggravation de la lésion ou du saignement.

2 La position assise facilite la respiration lorsque l'on est en présence d'une plaie au thorax.

3 La position allongée permet de prévenir les détresses et d'éviter les complications.

4 La flexion des jambes d'une victime préalablement allongée permet, par le relâchement des muscles de l'abdomen, de diminuer la douleur.

5 La fermeture des yeux et l'immobilité de la tête permettent de limiter les risques d'aggravation de la lésion de l'œil.

6 La position allongée permet de prévenir les détresses et d'éviter les complications.

7 Le lavage à l'eau, avec ou sans savon, permet d'éliminer les germes qui pourraient provoquer une infection.

# PROTECTION

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## **Protection d'une personne exposée à un danger**

---

Une victime ou toute autre personne menacée par un danger doit en être protégée, notamment du suraccident. Pour cela, le sauveteur, lorsqu'il peut agir sans risque pour sa propre sécurité doit immédiatement supprimer ou écarter le danger de façon permanente.

Si nécessaire, cette première mesure est complétée en délimitant clairement et largement la zone de danger, de façon visible, afin d'éviter toute intrusion dans la zone. Cette délimitation se fait en utilisant tous les moyens matériels à disposition ainsi que le concours des personnes aptes aux alentours.

---

## **Dégagement d'urgence d'une victime**

---

Lorsque la victime ne peut se soustraire d'elle-même à un danger réel, immédiat et non contrôlable, un dégagement d'urgence peut être alors réalisé par le sauveteur. Cette manœuvre, peut être dangereuse pour la victime ou lui-même. Elle doit donc rester exceptionnelle.

Le dégagement d'urgence de la victime doit alors permettre de placer celle-ci dans un endroit suffisamment éloigné du danger et de ses conséquences.

Aucune technique n'est imposée lors de la réalisation d'un dégagement d'urgence. Toutefois, lors de sa réalisation, le sauveteur s'engage par le cheminement le plus sûr et le plus rapide seulement si la victime est visible, facile à atteindre et que rien ne gêne son dégagement. Il assure son extraction en fonction de ses capacités.



# TRAUMATISME

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

---

## Définition - Signes

---

Les atteintes traumatiques sont des lésions des os (fractures), des articulations (entorses ou luxations), des organes ou de la peau. Pour une meilleure compréhension, ce dernier type d'atteinte fait l'objet d'un traitement spécifique (Cf. Brûlures et plaies).

Elles peuvent provoquer immédiatement une douleur vive, une difficulté ou une impossibilité de bouger, éventuellement accompagnées d'un gonflement ou d'une déformation de la zone atteinte.

Lorsque le choc se situe au niveau de la tête, du thorax ou de l'abdomen une atteinte des organes sous-jacents est toujours possible et peut se révéler secondairement par d'autres signes (perte de connaissance, maux de tête persistants, vomissements, agitation, somnolence, douleur abdominale...).

Lorsque le choc se situe au niveau de la colonne vertébrale, une atteinte de la moelle épinière est possible (douleur du dos ou de la nuque).

---

## Causes

---

Les traumatismes peuvent être le résultat d'un coup, d'une chute ou d'un faux mouvement et peuvent atteindre toutes les parties du corps.

---

## Risques

---

Les risques, lors d'une atteinte traumatique, sont d'entraîner des complications neurologiques (paralysie, trouble de la conscience ou perte de connaissance), respiratoires (gêne ou détresse) ou circulatoires (détresse).

---

## Principes d'action

---

Le sauveteur ne doit pas mobiliser la victime.

## Conduite à tenir

Si la victime a perdu connaissance :

- adopter la conduite à tenir face à une perte de connaissance.

Si la victime est consciente et présente immédiatement des signes :

- conseiller fermement de ne pas mobiliser la partie atteinte ;
- alerter les secours et appliquer leurs consignes ;
- protéger de la chaleur, du froid ou des intempéries ;
- surveiller la et parler lui régulièrement.

Si la victime est consciente et en l'absence de signes immédiats :

- surveiller la régulièrement ou s'assurer de sa surveillance par une personne de son entourage ;
- si elle perd connaissance, adopter la conduite à tenir face à une perte de connaissance ;
- si un signe, autre qu'une perte de connaissance, apparaît secondairement, adopter la conduite à tenir face à un malaise ;
- en cas de doute demander un avis médical.

**FICHE TECHNIQUE**

**COMPRESSION LOCALE**

N° **1**

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

**INDICATION**

La compression locale est indiquée sur toute plaie qui saigne abondamment.

**JUSTIFICATION**

La compression des vaisseaux sanguins, au niveau d'une plaie arrête le saignement.

---

**Par compression directe**

---

- Appuyer fortement sur l'endroit qui saigne avec les doigts ou la paume de la main, en interposant une épaisseur de tissu propre recouvrant complètement la plaie (mouchoirs, torchons, vêtements...) et ce jusqu'à l'arrivée des secours.

En l'absence de tissu le sauveteur appuie directement avec sa main.

---

**Par pansement compressif**

---

Si le sauveteur doit se libérer, il remplace la compression manuelle par une épaisseur de tissu propre recouvrant complètement la plaie (mouchoirs, torchons, vêtements...) fixée par une bande élastique ou un lien large assez long pour serrer suffisamment et arrêter ainsi le saignement.

Le remplacement de cette compression est impossible lorsque l'endroit qui saigne est situé au niveau du cou, de la tête, du thorax ou de l'abdomen.

**POINTS CLEFS**

La compression locale doit être :

- suffisante pour arrêter le saignement ;
- permanente.



**FICHE TECHNIQUE**

# COMPRESSIONS THORACIQUES

N° **2**

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

## INDICATION

Cette technique est indiquée en présence d'une victime en arrêt cardiaque.

## JUSTIFICATION

Cette technique permet d'oxygéner les organes d'une victime en arrêt cardiaque en rétablissant une circulation artificielle.

Quel que soit l'âge de la victime, il convient de :

- l'installer en position horizontale, sur le dos, préférentiellement sur une surface rigide ;
- se placer auprès d'elle, le plus souvent à genoux ;
- dénuder la poitrine de la victime, dans la mesure du possible ;

---

### Chez l'adulte

- placer le talon d'une main au centre de la poitrine, sur la ligne médiane, sur la moitié inférieure du sternum ;
- placer l'autre main au-dessus de la première en entrecroisant les doigts des deux mains. La seconde main peut aussi être placée à plat sur la première, en veillant à relever les doigts pour qu'ils ne restent pas en contact avec le thorax ;
- réaliser des compressions sternales de 5 à 6 cm tout en veillant à :
  - conserver les bras parfaitement verticaux ;
  - tendre les bras ;
  - verrouiller les coudes ;
  - maintenir une fréquence comprise entre 100 et 120 compressions par minute.
  - assurer un temps de compression égal à celui du relâchement [1] ;
  - entre chaque compression, laisser le thorax reprendre sa forme initiale, sans décoller les mains.

---

### Chez l'enfant

- Placer le talon d'une main un doigt au-dessus d'un repère constitué par le bas du sternum à la jonction des dernières côtes ;
- relever les doigts pour ne pas appuyer sur les côtes ;
- réaliser les compressions sternales comme chez l'adulte en veillant à enfoncer le thorax sur le tiers de son épaisseur.

## Chez le nourrisson

---

- Placer la pulpe de deux doigts d'une main dans l'axe du sternum, un doigt au-dessus d'un repère constitué par le bas du sternum à la jonction des dernières côtes ;
- réaliser les compressions sternales dans les mêmes conditions que chez l'enfant.

### POINTS CLEFS

Les compressions thoraciques doivent :

- comprimer fortement le sternum ;
- avoir une fréquence comprise entre 100 et 120 par minute.

---

### JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

1 Cette technique permet une efficacité maximale. Il permet au thorax de reprendre sa dimension initiale après chaque compression thoracique, afin que le cœur se remplisse bien de sang.

**FICHE TECHNIQUE**

# DÉFIBRILLATION

N° **3**

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

## INDICATION

Cette technique est indiquée en présence d'une victime en arrêt cardiaque.

## JUSTIFICATION

Cette technique peut permettre de retrouver une activité cardiaque normale.

Le DAE doit être utilisé conformément aux préconisations du constructeur.

Dès lors qu'un tiers arrive sur les lieux avec un défibrillateur automatisé externe (DAE), la RCP doit être poursuivie durant son installation. Elle cesse seulement lorsque le DAE indique de ne plus toucher à la victime.

---

## Chez l'adulte

---

- Mettre en fonction le défibrillateur ;
- suivre les indications de l'appareil, impérativement [1] ;

Ces indications précisent, dans un premier temps, de mettre en place les électrodes. Pour cela :

- enlever ou couper les vêtements recouvrant la poitrine de la victime, si nécessaire ;
- sécher le thorax de la victime s'il est humide ou mouillé ;
- choisir les électrodes «Adultes» de l'appareil ;
- débarrasser et appliquer les électrodes, l'une après l'autre, sur le thorax de la victime, dans la position indiquée sur le schéma figurant sur l'emballage ;
- connecter les électrodes au défibrillateur, si nécessaire.

Lorsque le DAE l'indique, ne plus toucher la victime et s'assurer que les personnes aux alentours fassent de même [2].

Si le défibrillateur annonce que le choc est nécessaire :

- demander aux personnes aux alentours de s'écartier ;
- laisser le DAE déclencher le choc électrique ou appuyer sur le bouton «choc» lorsque l'appareil le demande ;
- reprendre immédiatement les compressions thoraciques après la délivrance du choc.

Si le défibrillateur annonce que le choc n'est pas nécessaire :

- reprendre immédiatement les compressions thoraciques.

## Chez l'enfant ou le nourrisson

---

La défibrillation doit être réalisée avec des appareils adaptés (électrodes enfants, réducteur d'énergie...).

En l'absence d'un DAE adapté, un DAE «Adulte» peut être utilisé. Les électrodes adultes sont alors positionnées en avant au milieu du thorax pour l'une et au milieu du dos pour l'autre.

### POINTS CLEFS

La mise en œuvre du défibrillateur doit :

- être la plus précoce possible ;
- interrompre le moins possible la pratique des compressions thoraciques.

---

### JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

1 Ces indications peuvent être vocales ou visuelles. Leur suivi strict permet de réaliser les différentes opérations plus rapidement et en sécurité.

2 Tout mouvement de la victime durant la phase d'analyse du rythme cardiaque est susceptible de la fausser.

**FICHE TECHNIQUE**

N° **4**

**DÉSObSTRUCTION PAR LA MÉTHODE  
DES CLAQUES DANS LE DOS**

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

**INDICATION**

Cette technique est indiquée en cas d'obstruction totale des voies aériennes par un corps étranger.

**JUSTIFICATION**

Le but de la claque dans le dos est de provoquer un mouvement de toux pour débloquer et expulser le corps étranger qui obstrue les voies aériennes.

---

**Chez l'adulte**

- Laisser dans la position la victime (debout ou assise) ;
- se placer sur le côté et légèrement en arrière de la victime ;
- soutenir le thorax avec une main ;
- pencher vers l'avant la victime ;
- donner de 1 à 5 claques vigoureuses dans le dos, entre les deux omoplates avec le talon de la main ouverte.

---

**Chez l'enfant.**

- S'asseoir ;
- basculer l'enfant sur sa cuisse, tête vers le bas ;
- donner de 1 à 5 claques vigoureuses dans le dos, entre les deux omoplates avec le talon de la main ouverte.

En cas d'impossibilité, réaliser la même technique que pour l'adulte.

---

**Chez le nourrisson**

- Coucher le nourrisson à califourchon sur l'avant bras ;
- maintenir la tête avec les doigts, de part et d'autre de la bouche, sans appuyer sur la gorge ;
- incliner le nourrisson afin que la tête soit plus basse que le thorax ;
- donner 1 à 5 claques, entre les deux omoplates avec le talon de la main ouverte.

## POINTS CLEFS

La claque doit être donnée :

- entre les 2 omoplates ;
- avec le talon de la main ouverte ;
- de façon vigoureuse.

**FICHE TECHNIQUE**

N° **5**

# DÉSObSTRUCTION PAR LA MÉTHODE DES COMPRESSIOnS ABDOMINALES

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

## Chez l'adulte ou l'enfant

### INDICATION

Cette technique est indiquée en cas d'obstruction totale des voies aériennes par un corps étranger chez un adulte ou un enfant après une série de 5 claques dans le dos inefficace.

### JUSTIFICATION

Le but de cette technique est de comprimer l'air contenu dans les poumons de la victime afin d'expulser le corps étranger par un effet de « piston ». Suivant l'importance et la position du corps étranger, plusieurs pressions successives peuvent être nécessaires pour l'expulser.

- Se placer derrière la victime, contre son dos ;
- passer ses bras, sous ceux de la victime, de part et d'autre de la partie supérieure de son abdomen ;
- pencher la victime vers l'avant ;
- mettre le poing sur la partie supérieure de l'abdomen, au creux de l'estomac, au-dessus du nombril et en dessous du sternum ;
- placer la seconde main sur la première, les avant-bras n'appuyant pas sur les côtes
- tirer franchement en exerçant une pression vers l'arrière et vers le haut ;
- effectuer de 1 à 5 compressions, en relâchant entre chacune.

### POINTS CLEFS

La compression doit être faite :

- au creux de l'estomac ;
- sans appuyer sur les côtes ;
- vers l'arrière et vers le haut.



**FICHE TECHNIQUE**

N° **6**

**DÉSObSTRUCTION PAR LA MÉTHODE  
DES COMPRESSIOnS THORACIQUES**

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

**Chez l'adulte obèse ou la femme enceinte**

**INDICATION**

Cette technique est indiquée en cas d'obstruction totale des voies aériennes par un corps étranger, chez l'adulte obèse ou la femme enceinte dans les derniers mois de grossesse, lorsqu'il est impossible d'encercler l'abdomen de la victime et après une série de 5 claques dans le dos inefficace.

**JUSTIFICATION**

Le but de cette technique est de comprimer l'air contenu dans les poumons de la victime et d'expulser le corps étranger par un effet de « piston ». Suivant l'importance et la position du corps étranger, plusieurs pressions successives peuvent être nécessaires pour l'expulser.

- Se positionner derrière la victime ;
- placer ses avant-bras sous les bras de la victime et encercler la poitrine de la victime ;
- mettre un poing au milieu du sternum, sans appuyer sur la pointe inférieure du sternum ;
- placer l'autre main sur la première sans appuyer les avant-bras sur les côtes ;
- tirer franchement en exerçant une pression vers l'arrière ;
- effectuer de 1 à 5 compressions, en relâchant entre chacune.

**POINTS CLEFS**

Les compressions thoraciques doivent être :

- au milieu du sternum ;
- sans appuyer sur les côtes ;
- vers l'arrière.

## Chez le nourrisson

---

### INDICATION

Cette technique est indiquée en cas d'obstruction totale des voies aériennes par un corps étranger, chez un nourrisson, et après une série de 5 claques dans le dos inefficace.

### JUSTIFICATION

Le but de cette technique est de comprimer l'air contenu dans les poumons de la victime afin d'expulser le corps étranger par un effet de « piston ». Suivant l'importance et la position du corps étranger, plusieurs pressions successives peuvent être nécessaires pour l'expulser.

- Placer l'avant-bras contre le dos du nourrisson, la main soutenant sa tête ;
- tourner le nourrisson pour que sa face soit côté ciel ;
- placer l'avant-bras, sur lequel repose le nourrisson, sur la cuisse du sauveteur. La tête du nourrisson doit être plus basse que le reste du corps ;
- placer la pulpe de deux doigts d'une main au milieu de la poitrine, sur la moitié inférieure du sternum ;
- effectuer de 1 à 5 compressions profondes et successives. En relâchant entre chacune.

### POINTS CLEFS

Les compressions thoraciques doivent être :

- pratiquées au milieu de la poitrine ;
- profondes ;

## FICHE TECHNIQUE **INSUFFLATIONS**

N° **7**

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

### INDICATION

Cette technique est indiquée en présence d'une victime en arrêt cardiaque.

### JUSTIFICATION

Cette technique permet d'apporter de l'air aux poumons d'une victime en arrêt cardiaque

La victime étant préalablement installée en position horizontale et sur le dos :

---

### Chez l'adulte et l'enfant

---

- basculer la tête de la victime en arrière comme pour la technique de libération des voies aériennes ;
- pincer le nez de la victime entre le pouce et l'index, tout en maintenant la bascule en arrière de la tête [1] avec la main qui est placée sur le front ;
- ouvrir légèrement la bouche de la victime en utilisant l'autre main et maintenir le menton élevé ;
- inspirer, sans excès ;
- appliquer la bouche largement ouverte autour de la bouche de la victime en appuyant fermement [2] ;
- insuffler progressivement jusqu'à ce que la poitrine de la victime commence à se soulever (durant 1 seconde environ),
- se redresser légèrement afin de :
  - reprendre son souffle ;
  - vérifier l'affaissement de la poitrine de la victime ;
- insuffler une seconde fois dans les mêmes conditions.

La durée de réalisation de ces deux insufflations successives ne doit pas excéder 5 secondes [3].

Si le ventre ou la poitrine de la victime ne se soulève pas lors des insufflations :

- s'assurer que la tête de la victime est en bonne position et que son menton est élevé ;
- s'assurer qu'il y a une bonne étanchéité et pas de fuite d'air lors de l'insufflation ;
- rechercher la présence d'un corps étranger dans la bouche. Le retirer avec les doigts, si nécessaire.

## Chez le nourrisson

---

La technique est sensiblement la même que pour l'adulte ou l'enfant. Toutefois, il convient de :

- placer la tête du nourrisson en position neutre, menton élevé ;
- englober avec la bouche à la fois la bouche et le nez de la victime ;
- insuffler des volumes d'air sensiblement moindres que pour l'enfant.

### POINTS CLEFS

Les deux insufflations doivent :

- être lentes et progressives ;
- cesser dès le début de soulèvement de la poitrine ;
- être réalisées en 5 secondes au maximum.

---

### JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

- 1 Le pincement du nez empêchera toute fuite d'air par le nez lors des insufflations.
- 2 La pression ferme autour de la bouche de la victime empêchera toute fuite d'air durant les insufflations.
- 3 La réalisation rapide des manœuvres d'insufflation permet de ne pas retarder la reprise des compressions thoraciques.

**FICHE TECHNIQUE**

**LIBÉRATION DES VOIES AÉRIENNES**

N° **8**

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

**INDICATION**

Cette technique doit être réalisée systématiquement avant de pouvoir apprécier la respiration chez une victime ayant perdu connaissance.

**JUSTIFICATION**

La bascule de la tête en arrière (chez l'adulte ou l'enfant) ou la mise en position neutre (chez le nourrisson) et l'élévation du menton entraînent la langue qui, en se décollant du fond de la gorge, permet le passage de l'air.

- Placer la paume d'une main sur le front de la victime ;
- placer 2 ou 3 doigts de l'autre main, juste sous la pointe du menton en prenant appui sur l'os. Eventuellement s'aider du pouce pour saisir le menton ;

---

**Chez l'adulte ou l'enfant**

- Basculer doucement la tête de la victime en arrière en appuyant sur le front et élever le menton.

---

**Chez le nourrisson**

- Amener doucement la tête dans l'alignement du torse et élever le menton ;
- Eviter une bascule susceptible de provoquer une extension du rachis et une gêne de la ventilation.

**POINTS CLEFS**

La liberté des voies aériennes est assurée lorsque :

- le menton est élevé ;
- la tête est maintenue dans cette position.



**FICHE TECHNIQUE**

# POSITION LATÉRALE DE SÉCURITÉ

N° **9**

Version : 1.1.1

Mise à jour : septembre-11

## INDICATION

Cette technique est indiquée chez toute victime présentant une perte de connaissance.

## JUSTIFICATION

La position latérale de sécurité permet de maintenir libres les voies aériennes supérieures de la victime en permettant l'écoulement des liquides vers l'extérieur et en évitant que la langue ne chute dans le fond de la gorge.

---

## Chez l'adulte ou l'enfant

---

1er temps : Préparer le retournement de la victime. Pour cela :

- retirer les lunettes de la victime si elle en porte ;
- rapprocher délicatement les membres inférieurs de l'axe du corps ;
- placer le bras de la victime, situé du côté sauveteur, à angle droit de son corps ;
- plier le coude de ce même bras en gardant la paume de la main de la victime tournée vers le haut [1] ;
- se placer à genoux ou en trépied à côté de la victime, au niveau de son thorax ;
- saisir le bras opposé de la victime, et amener le dos de la main de la victime sur son oreille, côté sauveteur ;
- maintenir le dos de la main de la victime pressée contre son oreille, paume contre paume [2] ;
- attraper la jambe opposée de la victime, avec l'autre main, juste derrière le genou ;
- relever la jambe de la victime, tout en gardant le pied au sol [3] ;
- s'éloigner du thorax de la victime afin de pouvoir la retourner sans avoir à reculer, si nécessaire ;

2e temps : Retourner la victime. Pour cela :

- tirer sur la jambe relevée de la victime afin de la faire pivoter vers le sauveteur, jusqu'à ce que le genou touche le sol, sans brusquerie et en un seul temps ;
- dégager doucement la main du sauveteur située sous la tête de la victime, tout en préservant la bascule de la tête en arrière, en maintenant le coude de la victime à l'aide de la main du sauveteur précédemment située au genou [4] ;

3e temps : Stabiliser la victime. Pour cela :

- ajuster la jambe de la victime située au-dessus de telle sorte que la hanche et le genou soient à angle droit [5] ;
- ouvrir la bouche de la victime sans mobiliser la tête [6].

S'il s'agit d'une femme enceinte :

- le retournement doit se faire sur le côté gauche [7].

Si la victime est traumatisée :

- le retournement doit se faire sur le côté atteint.

---

## Chez le nourrisson

---

- Placer le nourrisson sur le côté, dans les bras du sauveteur le plus souvent.

## POINTS CLEFS

La mise en position latérale de sécurité doit :

- limiter au maximum les mouvements de la colonne vertébrale ;
- n'occasionner aucune pression sur la poitrine ;
- aboutir à une position stable, la plus latérale possible ;
- permettre l'écoulement des liquides vers l'extérieur (bouche ouverte).

---

## JUSTIFICATIONS PARTICULIERES

- 1 L'alignement des jambes et la position du membre supérieur anticipent la position finale.
- 2 Lors du retournement, le maintien de la main de la victime contre son oreille permet d'accompagner le mouvement de la tête et de diminuer la flexion de la colonne cervicale qui pourrait aggraver un traumatisme éventuel.
- 3 La saisie de la jambe de la victime au niveau du genou permet de l'utiliser comme « bras de levier » pour le retournement.
- 4 Le maintien de la main sous la joue de la victime limite les mouvements de la colonne cervicale.
- 5 La position de la jambe permet de stabiliser la PLS.
- 6 L'ouverture de la bouche de la victime facilite l'écoulement des liquides vers l'extérieur.
- 7 Une femme enceinte est allongée sur le côté gauche afin d'éviter l'apparition d'une détresse circulatoire par compression de certains vaisseaux sanguins dans l'abdomen.

**FICHE MATÉRIEL**

**DÉFIBRILLATEUR AUTOMATISÉ EXTERNE**

N° **1**

Version : 1.1.1

Mise à jour :

septembre-11

---

## **But**

Le défibrillateur automatisé externe (DAE) est un appareil qui permet :

- d'analyser l'activité électrique du cœur de la victime ;
- de reconnaître une anomalie du fonctionnement électrique du cœur à l'origine de l'arrêt cardiaque ;
- de délivrer ou d'inviter le sauveteur à délivrer un choc électrique (information vocale et visuelle), afin d'arrêter l'activité électrique anarchique du cœur.

---

## **Composition**

Le défibrillateur automatisé externe est composé :

- d'un haut-parleur qui donne des messages sonores et guide le sauveteur dans son action ;
- d'un métronome qui rythme les compressions thoraciques du sauveteur (en option) ;
- d'un accumulateur d'énergie qui permet de réaliser des chocs électriques ;
- éventuellement, d'un bouton qui permet de délivrer le choc électrique lorsqu'il est indiqué par l'appareil.

Le DAE est toujours accompagné d'une paire d'électrodes de défibrillation pré-gélifiées autocollantes avec câble intégré. Ces électrodes, à usage unique, sont contenues dans un emballage hermétique. Une seconde paire doit être disponible en cas de défaillance de la première.

Une fois collées sur la peau du thorax de la victime, les électrodes permettent :

- de capter et transmettre l'activité électrique cardiaque au défibrillateur ;
- de délivrer le choc électrique lorsqu'il est indiqué. Plusieurs accessoires peuvent être joints au défibrillateur dont :
  - une paire de ciseaux, pour couper les vêtements et dénuder la poitrine de la victime ;
  - des compresses ou du papier absorbant, pour sécher la peau de la poitrine de la victime si elle est mouillée ou humide ;
  - d'un rasoir jetable pour raser les poils de la victime, s'ils sont particulièrement abondants, à l'endroit où l'on colle les électrodes.

## Localisation

---

Actuellement, les DAE mis à disposition du public sont de plus en plus nombreux, on les trouve notamment dans :

- les halls d'aéroports et les avions des grandes compagnies aériennes ;
- les grands magasins, les centres commerciaux ;
- les halls de gares, les trains ;
- les lieux de travail ;
- certains immeubles d'habitation...

Dans ces cas, les appareils sont parfois placés dans des armoires murales repérées par un logo facilement identifiable.

---

## Risques et contraintes

---

Si la victime présente un timbre autocollant médicamenteux sur la zone de pose des électrodes, le sauveteur retire le timbre et essuie la zone avant de coller l'électrode.

Si la victime présente un stimulateur cardiaque (le plus souvent le sauveteur constate une cicatrice et perçoit un boîtier sous la peau, sous la clavicule droite ou est informé par la famille) à l'endroit de pose de l'électrode, le sauveteur colle l'électrode à environ 1 cm sous la bosse perçue.

Si la victime est allongée sur un sol mouillé (bord de piscine, pluie...), ou si son thorax est mouillé, le sauveteur, si possible, déplace la victime pour l'allonger sur une surface sèche, et, si possible, sèche son thorax, avant de débuter la défibrillation [1].

Si la victime est allongée sur une surface en métal : si c'est possible, et en se faisant aider si besoin, le sauveteur déplace la victime ou glisse un tissu sous elle (couverture...) avant de débuter la défibrillation [2].

Si le DAE détecte un mouvement au cours de l'analyse, le sauveteur doit s'assurer de ne pas toucher la victime au cours de l'analyse. En l'absence de contact avec la victime, il vérifie la respiration de celle-ci.

Si le DAE demande toujours de connecter les électrodes alors que cette opération a déjà été effectuée, le sauveteur, vérifie que :

- les électrodes sont bien collées et le câble de connexion correctement connecté au DAE ;
- si le problème n'est pas résolu, et qu'une seconde paire d'électrodes est disponible, remplacer les électrodes.

---

1 L'efficacité d'un choc électrique sur une victime allongée sur un sol mouillé est diminuée. Il n'existe pas de risque réel pour le sauveteur.

2 L'efficacité d'un choc électrique sur une victime allongée sur une surface métallique est diminuée. Il n'existe pas de risque réel pour le sauveteur.