

Premiers soins EN cas d'urgence

Pour faire face à une situation d'urgence, appliquez les principes de la Prise en charge d'une situation d'urgence (PCSU).

- 1 Prenez la situation en main.
- 2 Appelez à l'aide.
- 3 Évaluez les dangers et rendez les lieux sûrs.
- 4 Déterminez les circonstances de l'incident.
- 5 Indiquez que vous êtes secouriste et offrez votre aide.
- 6 Si vous soupçonnez une blessure à la tête ou à la colonne vertébrale, soutenez la tête et le cou de la victime.
- 7 Évaluez la faculté de réponse de la victime.
- 8 Envoyez quelqu'un chercher des secours médicaux ou allez-y vous-même.

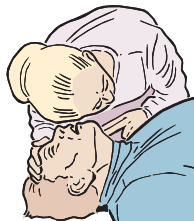
Nota : Assurez votre sécurité ainsi que celle des autres en portant des gants lorsque vous donnez les premiers soins. Utilisez un écran protecteur ou un masque à soupape unidirectionnelle lorsque vous pratiquez la RCR.

La réanimation cardio-respiratoire (RCR - Adulte)

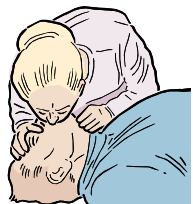
- 1 Ouvrez les voies respiratoires – renversez la tête vers l'arrière en appuyant sur le front du sujet et soulevez le menton.
- 2 Surveillez la respiration. Si le sujet ne respire pas...
- 3 Pincez les narines du sujet et assurez un contact hermétique à la bouche. Donnez deux insufflations.
- 4 Assurez-vous que la victime se trouve sur une surface ferme et plate.
- 5 Placez deux mains au centre de la poitrine
- 6 Placez vos épaules directement au-dessus des mains et garder les coudes immobilisés.
- 7 Exercez de fortes poussées (30 fois) et donnez 2 insufflations.
- 8 Continuez le cycle de 30 fortes poussées et de 2 insufflations jusqu'à ce que les secours médicaux prennent la relève.



OUVREZ LES VOIES RESPIRATOIRES.



VÉRIFIER LA RESPIRATION



DONNEZ DEUX INSUFFLATIONS AU SUJET.



PLACEZ VOS MAINS SUR LE CENTRE DE LA POITRINE.



EXERCEZ 30 FORTES POUSSÉES ET DONNEZ 2 INSUFFLATIONS. RÉPÉTEZ JUSQU'À CE QUE LES SECOURS MÉDICAUX PRENNENT LA RELÈVE.



L'Étouffement (Adulte)

Si la victime peut parler, respirer ou tousser – TENEZ-VOUS PRÊT à intervenir et encouragez-la à tousser.

Si la victime est consciente mais qu'elle ne peut ni parler, ni respirer, ni tousser :

- 1 Placez-vous derrière la victime et repérez le dessus des os des hanches à l'aide de vos mains.
- 2 Placez un poing dans l'axe médian de l'abdomen.
- 3 Saisissez le poing avec votre autre main et exercez de fortes poussées vers l'intérieur et vers le haut.
- 4 Continuez jusqu'à ce que l'objet soit délogé ou que la victime perde conscience.



REPÉREZ LE DESSUS DES OS DES HANCHES.



PLACEZ UN POING DANS L'AXE MÉDIAN DE L'ABDOMEN.



EXERCEZ DE FORTES POUSSÉES VERS L'INTÉRIEUR ET VERS LE HAUT.

Si la victime perd conscience, allongez-la sur le sol et faites dépêcher des secours médicaux :

- 1 Ouvrez-lui la bouche et recherchez le corps étranger. Retirez-le si vous le voyez.
- 2 Ouvrez les voies respiratoires et surveillez la respiration. Si la victime ne respire pas...
- 3 Donnez deux insufflations. Si vous ne parvenez pas à donner une insufflation au premier essai, replacez la tête et essayez à nouveau.
- 4 Commencez à administrer la RCR. Exercez 30 fortes poussées.
- 5 Chaque fois que vous avez terminé d'exercer 30 fortes poussées, ouvrez la bouche de la victime et cherchez s'il s'y trouve un corps étranger avant de donner la première insufflation.

Numéro de téléphone en cas d'urgence

AMBULANCE _____

SERVICE D'INCENDIE _____

POLICE _____

MÉDECIN DE FAMILLE _____

CENTRE ANTIPOISON _____

NOTA : Cette affiche est un guide qui vous indique quoi faire, étape par étape, jusqu'à l'arrivée des secours médicaux.

Ces conseils ne remplacent pas la formation en premiers soins.



Ambulance Saint-Jean

SAUVER DES VIES
au travail, à la maison et dans les loisirs

9901/10/00

L'hémorragie Pour réprimer une hémorragie grave

Exercez immédiatement une pression directe sur la plaie couverte d'un pansement si vous en avez un.

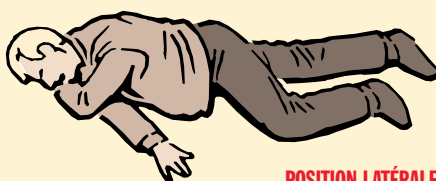
Gardez la victime allongée.



RÉPRIMEZ IMMÉDIATEMENT L'HÉMORRAGIE.

L'inconscience

Envoyez quelqu'un chercher des secours médicaux. Assurez-vous que la victime respire puis placez-la en position latérale de sécurité. Si la victime ne respire pas commencer la RCR.



POSITION LATÉRALE DE SÉCURITÉ