

APPRENDRE A PORTER SECOURS APS

LIVRET ELEVE CYCLE 3

PREVENTION

PROTECTION



18



15



ALERTE

INTERVENTION

PROTEGER



Je suis capable de reconnaître une situation anormale, donc je ne me précipite pas !

1. Je reconnais des objets pouvant présenter un risque.
2. Je repère une situation de danger.
3. Je réfléchis et je regarde :

Il y a un danger

- Pour qui ?

pour moi.
pour la victime.
pour les autres.

4. Je peux contrôler le danger :

avec qui ?
avec quoi ?

5. J'agis :

Le danger est contrôlable :

je supprime le danger.

Le danger est non contrôlable :

je délimite la zone de danger.
j'alerte les secours.

4. Pour éviter le sur-accident, il faut :

me protéger moi-même.
protéger les victimes.
protéger les autres.

LE MESSAGE D'ALERTE

Donner l'alerte ou faire donner l'alerte, le plus rapidement possible, est très important pour que les secours puissent intervenir le plus rapidement auprès de la victime.

1. Je suis capable de téléphoner aux secours en restant calme : le 15 (le SAMU) ; 18(les pompiers) ou bien j'envoie un témoin présent téléphoner à ma place en lui indiquant le message à transmettre.
2. Que faut-il dire ?

Je donne mon nom et mon prénom ainsi que le numéro de téléphone d'où j'appelle.
J'indique le lieu précis de l'accident (n°, rue, ville, bâtiment, étage...)
Je décris ce qui s'est passé.
Je décris la partie du corps blessée et sa lésion.
Je réponds aux questions posées.
J'écoute et j'applique les consignes données.
J'attends que l'on me dise de raccrocher.

3. Je connais les numéros d'urgence gratuits :

Le 15 : le SAMU, pour tout problème urgent de santé (secours médicalisés).

Le 18 : Les sapeurs-pompiers, pour tout problème de secours.

LES SAIGNEMENTS ABONDANTS

La compression directe :

On appelle saignement abondant ou hémorragie un saignement qui imbibe un mouchoir en quelques secondes et ne stoppe pas spontanément.



Attention : il faut se protéger les mains, si possible, avant de comprimer la plaie qui saigne. J'utilise un paquet de Kleenex, un sac plastique, un chiffon propre.



Je suis capable d'agir :

1. Si je suis seul, j'appelle à l'aide pour qu'une personne arrive et puisse appeler les services de secours.
2. S'il n'y a rien dans la plaie, j'appuie sur la plaie avec la main (si possible la main dans un sac plastique ou dans un gant en latex), jusqu'à l'arrivée des secours.
3. J'allonge la victime en continuant d'appuyer sur la plaie.
4. Je couvre la victime ou je fais couvrir la victime par une autre personne.
5. Je parle à la victime pour la rassurer.
6. Dès que les secours ont pris en charge la victime, je me lave les mains.

LES SAIGNEMENTS PEU ABONDANTS

Un saignement dû à une écorchure ou à une éraflure s'arrête spontanément.

Je suis capable d'agir :

1. Je me lave les mains à l'eau et au savon, si possible je mets des gants.
2. Je nettoie la plaie, même minime, avec de l'eau avec ou sans savon.
3. Je désinfecte avec un produit antiseptique.
4. Je mets un pansement éventuellement.
5. Je pense à demander à la victime si elle est vaccinée contre le tétanos et si son vaccin est à jour.

LE SAIGNEMENT DE NEZ

Le saignement du nez est spontané ou provoqué par un choc minime sur le nez.

Je suis capable d'agir :

1. J'assois la victime, tête penchée en avant. Je ne l'allonge pas pour éviter qu'elle avale son sang.
2. Je lui demande de se moucher.
3. Je lui demande de comprimer pendant 10 minutes **les deux narines** avec ses doigts, sans s'arrêter.
4. Si je vois que le saignement du nez ne stoppe pas ou se reproduit, j'alerte.
5. Dans le cas d'un saignement de nez, qui survient après une chute ou un coup violent à la tête ou au visage, j'alerte les secours et je surveille la conscience et la respiration.

LES BRULURES

1. Je suis capable de protéger :

Je supprime la cause de la brûlure **sans me brûler moi-même** : je débranche un appareil, je ne m'approche pas d'un liquide chaud ou de produits chimiques!...**Je fais enlever le vêtement s'il ne colle pas à la peau. J'appelle immédiatement le 18 s'il y a des flammes.**

1. Je suis capable d'évaluer la gravité de la brûlure :

- Je reconnais une brûlure simple :

C'est une simple rougeur.



C'est une cloque d'une surface inférieure à celle de la moitié de la paume de la main de la victime.

- Je reconnais une brûlure grave :

C'est une cloque unique ou plusieurs cloques d'une surface supérieure à la moitié de la paume de la main de la victime.

La brûlure présente un aspect noirâtre ou blanchâtre (qui parfois ne fait pas mal).

La brûlure a une localisation particulière : le visage, les mains, le voisinage des orifices naturels, les plis des articulations.

C'est une rougeur très étendue de la peau chez l'enfant (un coup de soleil généralisé par exemple).

2. Je suis capable d'agir :

Je fais ruisseler doucement de l'eau froide (tempérée) sur la brûlure.



L'eau va refroidir la brûlure et soulager la douleur.

Si je suis seul, j'appelle à l'aide pour qu'une personne arrive et puisse appeler les services de secours.

Le Samu ou les pompiers me diront combien de temps laisser la brûlure sous l'eau **si c'est une brûlure grave.**

J'allonge la victime après refroidissement.

Je la couvre, si possible d'un drap propre sans couvrir la partie brûlée.

Je surveille la victime.

Si c'est une brûlure simple :

Je laisse sous l'eau jusqu'à disparition de la douleur.

Je ne perce pas les cloques mais je les protège avec un pansement stérile.

Je pense à demander à la victime si elle est vaccinée contre le tétanos et si son vaccin est à jour.

LES TRAUMATISMES

Quand une personne se casse une jambe, un bras, se fait une entorse...c'est un traumatisme (les plaies et les brûlures sont aussi des traumatismes).

1. Je suis capable de protéger :

Je demande à la victime d'éviter tout mouvement en attendant les secours.

2. Je suis capable d'agir :

Si je suis seul, j'appelle à l'aide pour qu'une personne arrive et puisse appeler les services de secours.

Je demande à la victime où elle a mal : au bras, à la jambe, au dos, à la tête...

Je demande à la victime de ne pas bouger.

J'alerte les secours et je fais ce qu'ils me disent.

Je protège la victime de la chaleur, du froid ou de la pluie.

Je la rassure jusqu'à l'arrivée des secours.

LA VICTIME INCONSCIENTE QUI RESPIRE

Le corps humain possède trois fonctions vitales :

La fonction neurologique : le cerveau

La fonction respiratoire : les poumons

La fonction circulatoire : le cœur

Ces trois fonctions sont dépendantes ; c'est le fonctionnement de ces trois organes vitaux que je vais contrôler lorsque je m'approche d'une victime.

Les trois étapes doivent être enchaînées rapidement :

1. Je suis capable de protéger :

Après avoir vérifié qu'il n'y a plus de danger, je m'approche de la victime

J'appelle « A l'aide » ; si un adulte arrive, je lui décris la situation et j'attends ses consignes.

2. Je suis capable d'agir si je suis seul :

La victime est une personne couchée au sol, qui ne bouge pas, qui ne répond pas aux questions posées ; elle court un danger vital.

Je dois contrôler ses trois fonctions vitales :

- Je vérifie ses réflexes.

- Je contrôle sa conscience en lui parlant.

- Je contrôle sa respiration, après avoir libéré ses voies aériennes.

Puis, je positionne la victime sur le côté.

3. J'appelle les services de secours (le 15 ou le 18) et je décris la situation avec précision.

APPRECIATION DE LA CONSCIENCE

1. Je m'approche de la victime, je lui parle et je lui prends la main.

Ce que je dis : « Comment ça va ?, Est-ce-que vous m'entendez ? Ouvrez les yeux, serrez-moi la main ! »

Je lui secoue doucement les épaules.

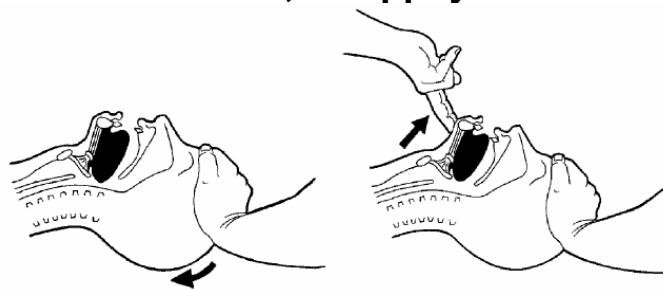
Si la victime ne répond pas ou ne réagit pas : elle est inconsciente.

J'appelle « à l'aide ! »

LA LIBERATION DES VOIES AERIENNES et LE CONTROLE DE LA RESPIRATION

La victime est inconsciente : elle court un danger, car l'inconscience provoque un relâchement musculaire total, donc la langue se relâche vers l'arrière de la gorge et la victime risque l'étouffement.

. **Je bascule la tête, délicatement en arrière, en appuyant sur le front et en élevant le menton.**



Lorsque j'ai libéré les voies aériennes, je contrôle sa respiration :

1. Je me penche sur le visage de la victime tout en tenant toujours la tête en arrière.

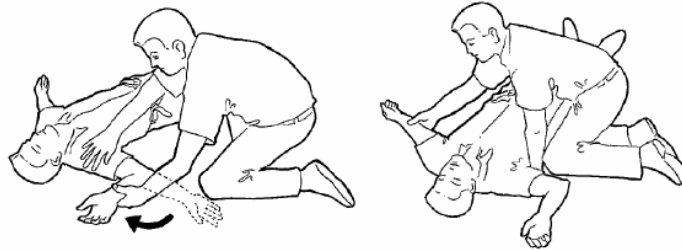


2. J'écoute les bruits de la respiration pendant 10 secondes au maximum.
3. Je sens son souffle avec ma joue.
4. Je regarde le soulèvement du ventre et de la poitrine.
5. J'effectue tout cela pendant 10 secondes au plus
6. Si je perçois tous ces signes, la victime respire mais est inconsciente, il faut donc que je la mette sur le côté.

LA MISE SUR LE COTE

La victime est inconsciente et elle respire, je dois la mettre sur le côté pour éviter l'obstruction des voies respiratoires, et faciliter l'écoulement des liquides contenus dans la bouche, qui provoqueraient un arrêt respiratoire.

1. J'enlève les lunettes de la victime, si elle en porte.
2. Je rapproche les pieds côte à côte si nécessaire, le long du corps.
3. Je me place à genoux à côté du thorax de la personne.
4. Je place le bras qui est de mon côté à angle droit.



3-4.

5. Je prends son autre bras en plaçant sa main sur sa joue, de mon côté, sa paume contre ma paume.
6. Avec l'autre main, j'attrape la jambe de l'autre côté de la victime, juste derrière le genou.
7. Je relève la jambe de la victime, mais son pied doit rester au sol.
8. Je recule pour pouvoir faire pivoter la victime.



5.

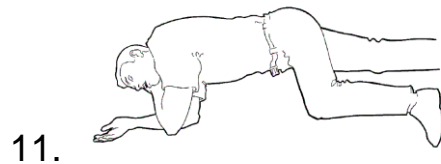


6-7-8.

9. Je retourne la victime en tirant sur la jambe relevée pour la faire pivoter jusqu'à ce que le genou touche le sol.
10. Je laisse la main de la victime sous sa joue et je dégage la mienne doucement, en maintenant le coude de la victime avec ma main libre.



11. Je stabilise sa position en mettant la jambe à angle droit.
12. J'ouvre sa bouche en évitant de bouger sa tête.
13. Je couvre la victime et je surveille sa respiration régulièrement en regardant, écoutant ou en sentant avec le plat de la main, sur son thorax.
14. J'alerte les secours au plus vite et je décris la situation calmement et avec précision.



Corinne Walliang (monitrice PSC1-PE)

Sources : recommandations PSC1 2012 – GNRPS 2001 - document Inspection de Strasbourg 8 (2009-2010)
Apprendre à porter secours CNDP/MEN 2007