

Premiers secours

Que faire en cas de malaise ?

Une personne s'effondre devant vous. Elle ne bouge plus. Avant tout chose, placer la personne dans une **zone sécurisée**, pour elle comme pour vous, sur le dos et sur une surface dure.

a) Vous lui parlez, lui demandez de serrer votre main, de cligner des yeux. Si vous ne constatez aucune réaction : **la victime est inconsciente.**

b) Penchez-vous, la joue devant sa bouche, votre regard tourné vers sa poitrine. Si vous ne sentez aucun souffle et si le ventre ne se gonfle pas : **la victime est en arrêt respiratoire.**

Dès que la victime ne réagit pas et/ou ne respire pas normalement, réagissez rapidement :

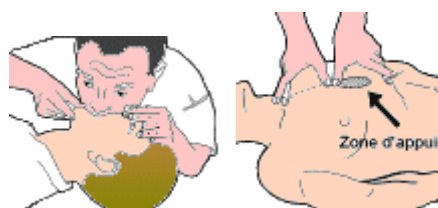
1) Demandez à quelqu'un de **prévenir les secours d'urgence** (le **15**, le **18** ou le **112**) et **d'aller chercher immédiatement un défibrillateur automatisé externe**. Faites tout cela vous-même si vous êtes seul.

2/ Débutez la réanimation cardio-pulmonaire ou **massage cardiaque** en attendant l'arrivée du défibrillateur, si possible. Cela permet d'activer encore la circulation de façon artificielle et même mal fait, c'est mieux que rien et mieux vaut une côte fêlée que des séquelles irréversibles. Tant que vous continuez, **la victime a une chance de survivre.**

Pour cela : **1 - desserrer ceinture et col** pour lui faciliter la respiration

2 - commencer le massage cardiaque et/ou le bouche à bouche

30 massages : compressions au milieu de la poitrine puis (facultatif) 2 insufflations : vérifier si le ventre et le thorax se soulèvent et recommencer.



Si un massage cardiaque associé à du bouche à bouche est réalisé dans les deux minutes, le cerveau sera correctement oxygéné et les chances de survie de la victime seront multipliées par dix.

3/ Dès que le **défibrillateur** est disponible, mettez-le **en marche** et suivez les instructions de l'appareil.

Comment ça marche ?

Des défibrillateurs en libre-service : Un geste simple et un appareillage adapté

Pour une efficacité maximale, l'intervention avec défibrillateur doit avoir lieu dans les trois à cinq premières minutes de l'arrêt cardiaque pour améliorer les chances de survie et éviter de graves conséquences neurologiques.

Dès que le défibrillateur est là, le mettre en route : Les DAE peuvent être utilisés par tout **témoin d'un arrêt cardiaque**. Cela permet d'attendre les secours et de gagner du temps. Il suffit de :

1. Allumer l'appareil
2. Placer les **électrodes**
3. Suivre les **consignes**

A son ouverture, **le défibrillateur vous donne les instructions** oralement pour son utilisation. **La décision de l'opportunité de la délivrance du choc électrique est prise par l'appareil** qui prend toutes les mesures nécessaires. **Les réglages de l'appareil sont verrouillés**, il ne peut être mal utilisé.

Il est relié à deux électrodes collantes que vous disposerez d'après ses indications, sur la poitrine de la victime, l'une au niveau de la clavicule droite, l'autre sous l'aisselle gauche. La défibrillation consiste à délivrer un courant électrique dans le cœur.

C'est ensuite l'appareil qui décide de délivrer ce choc en fonction du rythme cardiaque qu'il détecte. Des invites vocales préviennent alors de ne plus toucher la victime avant la délivrance du choc, pour éviter les risques d'électrocution.

L'appareil délivre le choc sans intervention du secouriste. Toutes les données sont enregistrées et permettent d'effectuer une analyse a posteriori de la situation, donnant les informations aux services médicaux.

Suivez les instructions du défibrillateur jusqu'à l'arrivée des secours.

