**Les premiers secours**

Comment agir en cas d’accident ?

PAS : Protéger (et se protéger)/Alerter/Secourir

|  |
| --- |
| **Se protéger :** Ne rien faire qui puisse mettre notre vie en danger (ex : toucher la victime en cas d’électrocution ; mettre des gants lors de saignements abondants…  stop |
| **Protéger la victime :**  Observer la situation pour repérer tous les risques qui peuvent la menacer.   * Electrocution : couper le disjoncteur * Incendie : faire évacuer le local et s’éloigner ; fermer les issues  … * Intoxication (gaz) : couper sa respiration et éloigner la victime (si possible) sinon alerter * Accident sur une route : prévenir les automobilistes en amont (grands gestes pour faire arrêter ou ralentir les gens ; gilets jaunes ; triangle, sources lumineuses …) ; si chute à vélo/trottinette = l’enlever de la route … |
| **Examiner la victime:**  - Vérifier si la victime saigne (en la palpant). - Vérifier si la victime est consciente en lui posant des questions: *" Quel est ton nom ? " " Ouvre tes yeux ! " " Serre-moi la main ! "* - Vérifier si la victime respire : desserrer tout ce qui pourrait gêner la respiration (ceinture, col, ...); écouter le souffle en regardant si le thorax bouge. - Basculer la tête en arrière et ouvrir la bouche.  bascutete |
| **Agir / Alerter :** Mettre en route le bon geste et alerter ou faire alerter . |

**ALERTER...**

* **Téléphoner**

|  |  |
| --- | --- |
| SAMU : 15 | ambulance |
| **POMPIERS 18** | pompier |
| **POLICE : 17** | policier |
| NUMERO UNIQUE D’URGENCE EUROPEEN : **112** | **France et Pays Européens** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * Appel téléphonique :  |  |  | | --- | --- | | **SE PRESENTER** | nom, prénom | | **INDIQUER LE LIEU** | Adresse précise ou lieu détaillé | | **NATURE DU PROBLEME / RISQUE** | Maladie, accident, intoxication, blessure, brûlure, risque incendie, explosion… | | **DONNER LE NOMBRE DE BLESSES** | ne pas oublier des blessés « invisibles » : décombres… | | **PRECISER LA GRAVITE DE L’ACCIDENT** | « Examen et état des victimes » | | **DESCRIPTION DES GESTES EFFECTUES** | Compression manuelle, PLS, mise sous eau (brûlure)… | | **DONNER VOTRE NUMERO DE TELEPHONE OU DU LIEU D’APPEL** | **NE JAMAIS RACCROCHER LE PREMIER.** | | Si vous avez été aidé :   * **FAIRE REVENIR LE TEMOIN POUR S’ASSURER QUE L’ ALERTE A BIEN ETE DONNEE.** * **ALLER AU DEVANT DES SECOURS.** | | |

**Les gestes de 1ers secours.**

* **Saignement de nez :**   
  - Rassurer.  
  - Asseoir la victime en lui penchant la tête en avant.  
  - Lui demander de se moucher.  
  - Appuyer sur la narine pendant **10 minutes**. *(normalement le saignement doit s'arrêter. Si après, de 15 minutes à 1 heure, le saignement reprend, faire évacuer la victime.*
* **Hémorragie ou saignement abondant :** ATTENTION, moins de 3 minutes pour agir !

|  |  |
| --- | --- |
| compres | **Compression manuelle si la plaie ne contient pas de corps étrangers :** - Appuyer directement sur la plaie avec la paume de la main. - Allonger le blessé et lui surélever les jambes (au-dessus du niveau de la tête pour envoyer le maximum de sang vers le cerveau). - Couvrir le blessé. - Donner ou faire donner l’alerte. - Rassurer et surveiller le saignement (il doit diminuer ou s’arrêter). **>** Ne jamais donner à boire à la victime ! |
| * **Les brûlures:** - Arroser la brûlure pendant **5 minutes** minimum pour refroidir la peau et calmer la douleur. - Ne pas déshabiller la victime. - Rassurer. - Alerter ou faire alerter les secours. | brulure |

* **Si la victime respire:**   
  La mettre en Position Latérale de Sécurité  
  - Ecarter son bras du côté du retournement, paume de la main vers le haut;  
  - Placer l’autre bras sur le vôtre;  
  - Saisir l’épaule et la hanche de la victime et faire tourner lentement le corps en bloc et sans torsion;  
  - Fléchir la jambe du dessus et l’appuyer au sol pour assurer la stabilité du corps;  
  - Placer prudemment la tête en arrière, bouche ouverte dirigée vers le sol;  
  - Surveiller la victime et la couvrir; - Alerter ou faire alerter les secours.