**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.