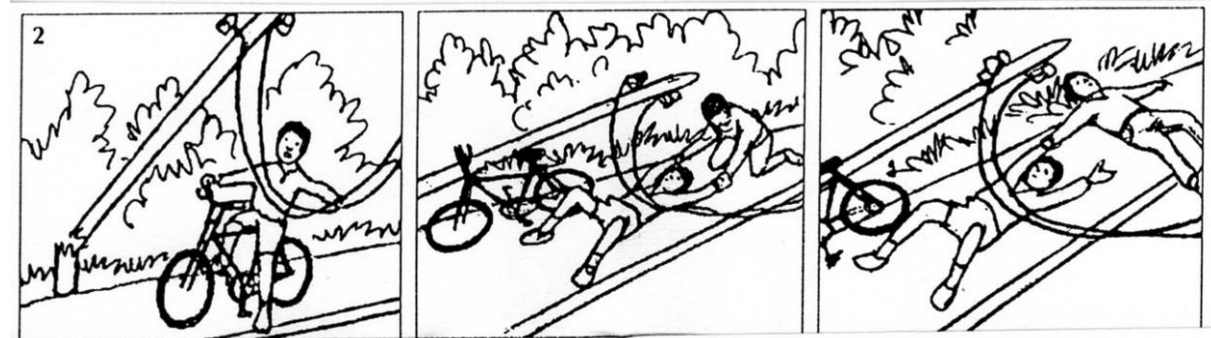
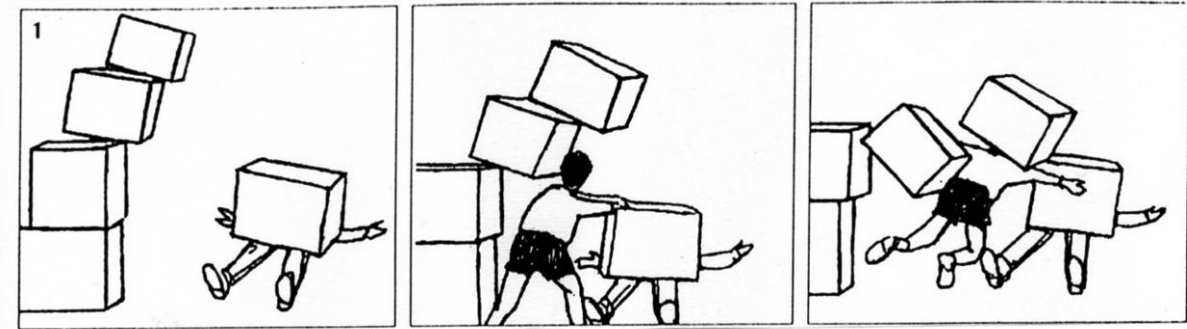
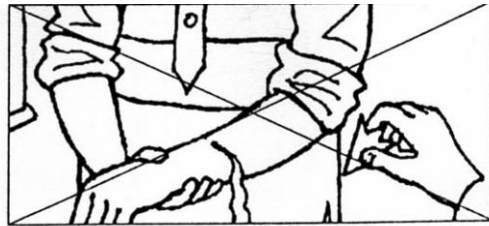
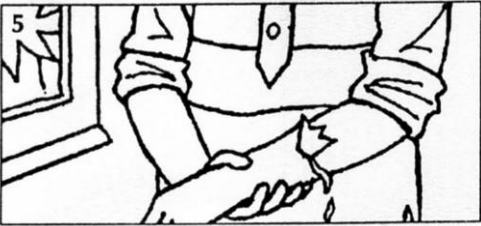


# NOTIONS SIMPLES DE SECOURISME

## I. Eviter le sur accident.





Explique ce qu'il faut faire dans chacune des situations ci-dessus.

---

---

---

---


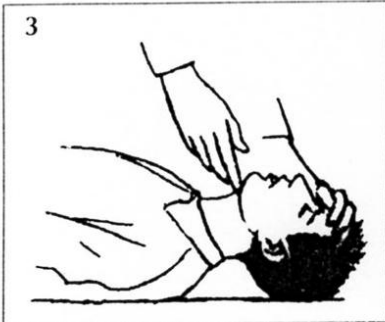
---

---

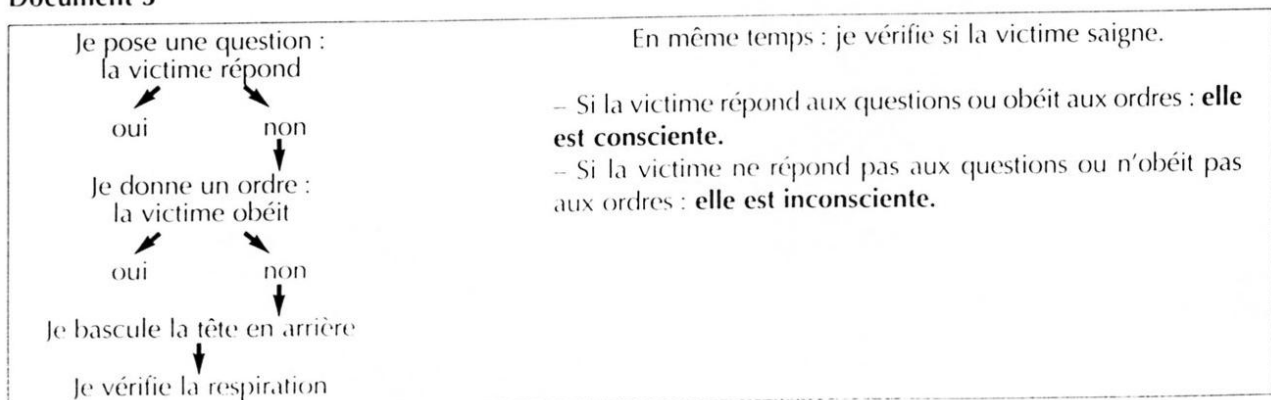
---



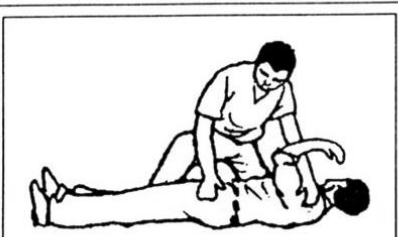
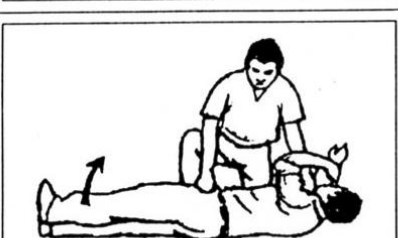

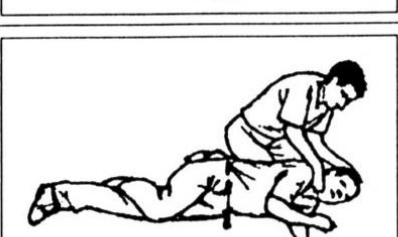
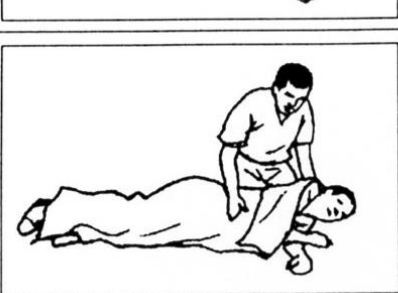
---

## II. Examiner une victime.

GESTE	COMMENTAIRE	JUSTIFICATION
<p>1</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Je pose une question simple : "Ça va ? Tu m'entends ?" "Quel est ton nom ?"</li> <li>♦ Je donne un ordre simple : "Si tu m'entends, ouvre les yeux !" "Serre-moi la main" (Lui prendre la main auparavant.(2))</li> </ul>	<p>→ Le fait de ne pas répondre n'est pas suffisant pour dire que la victime est inconsciente : peut-être ne répond-elle pas parce qu'elle est trop choquée ou a trop mal pour parler.</p>
<p>2</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Je cherche des yeux s'il y a trace de sang en même temps que je vérifie la conscience.</li> <li>♦ Je palpe la victime (dans les "creux" : aisselles, genoux, sous la victime).</li> </ul>	<p>→ Je peux ne pas voir le sang si la blessure est sous la victime ou si celle-ci porte des vêtements sombres.</p>
<p>3</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Je regarde dans la bouche (une main sur le front, l'autre sur le menton).</li> <li>♦ Je bascule prudemment la tête en arrière : une main sur le front pour incliner la tête vers le bas, l'index et le majeur de l'autre main sous le menton (sur l'os) pour l'élever.</li> </ul>	<p>→ Les voies respiratoires peuvent être obstruées : langue retournée, aliment...</p> <p>→ Une personne inconsciente perd son tonus musculaire : quand elle est couchée sur le dos, il peut y avoir chute de la langue dans l'arrière-gorge et étouffement.</p>
<p>4</p> 	<p>Pendant au moins 7 secondes :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Je me penche, joue et oreille au-dessus de la bouche et du nez de la victime : <ul style="list-style-type: none"> <li>- pour sentir le souffle sur ma joue ;</li> <li>- pour entendre les bruits de la respiration.</li> </ul> </li> <li>♦ Je regarde si je vois la poitrine et le ventre se soulever.</li> </ul>	<p>→ Trois phénomènes mettent en évidence le passage de l'air : les mouvements de la cage thoracique, le bruit du passage de l'air, le souffle d'air.</p>

### Document 3



GESTE	COMMENTAIRE	JUSTIFICATION
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je vérifie qu'il n'y a rien dans la bouche (une main sur le front, l'autre sur le menton).</li> <li>◆ Je m'assure qu'il n'y a rien dans la poche du côté où je vais placer la victime.</li> </ul>	<p>→ Pour éviter le risque d'étouffement.</p> <p>→ Pour éviter de blesser la victime quand elle sera placée sur le côté.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je fais glisser le bras droit de la victime et le place perpendiculairement à l'axe du corps.</li> </ul>	<p>→ Pour que le bras ne me gêne pas lors du retournement.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je place l'avant-bras de la victime sur mon avant-bras.</li> <li>◆ Je saisis la victime sur le côté en la tenant par une main à l'épaule et par l'autre main à la hanche.</li> </ul>	<p>→ Pour qu'il ne me gêne pas lors du retournement.</p> <p>→ En saisissant le corps à ces deux endroits je pourrai éviter une torsion du tronc.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je bascule le corps sur le côté sans à-coups et d'un seul bloc.</li> </ul>	<p>→ Pour éviter toute torsion du tronc (ce qui pourrait endommager la moelle épinière en cas de fracture de la colonne vertébrale).</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je ne lâche pas la victime au niveau de la hanche.</li> <li>◆ Je saisis la jambe au niveau du genou, je le replie : le genou sert de béquille.</li> <li>◆ Je cale le pied dans le creux du genou de la jambe restée au sol.</li> </ul>	<p>→ Pour éviter toute torsion du tronc.</p> <p>→ Pour que la victime soit en position stable.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je bascule prudemment la tête en arrière.</li> </ul>	<p>→ Pour permettre la respiration (cf. fiche "Examiner la victime").</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je couvre la victime.</li> <li>◆ Je pose une main sur le ventre, l'autre sur le flanc ou le dos.</li> <li>◆ Je parle à la victime afin de la rassurer.</li> </ul>	<p>→ Une victime inconsciente se refroidit.</p> <p>→ Pour vérifier qu'elle continue à respirer.</p> <p>→ L'ouïe est le dernier sens à disparaître lors de l'inconscience : la victime peut parfois entendre même si elle ne le manifeste pas.</p>

Lorsqu'on examine une personne victime d'un accident, on recherche **les signes de détresse vitale** en observant **les trois fonctions vitales** :

- La fonction nerveuse : elle permet d'effectuer des ordres (remuer une main)
- La fonction ventilatoire : elle permet d'apporter le dioxygène à notre corps et de rejeter le dioxyde de carbone
- La fonction circulatoire : elle permet de faire circuler le sang dans le corps

Lorsque la victime présente un arrêt des fonctions nerveuse et circulatoire, il faut la mettre en position latérale de sécurité (PLS) pour éviter qu'elle s'étouffe et la couvrir.

**L'examen de la victime** permet ainsi de répondre à ces **quatre questions** :

- la victime saigne-t-elle ?
- la victime réagit-elle à des ordres?
- la victime respire-t-elle ?
- la victime a-t-elle un pouls?

### III. Alerter les secours.

"Allô, le 15 ?

- Vous êtes en relation avec le SAMU, je vous écoute.

- Bonjour, je m'appelle Jean Delabel, je vous appelle du 01 43 57 94 55. J'habite 16, rue des Rosiers à Paris dans le bâtiment A au 3<sup>e</sup> étage, porte gauche. Pour entrer dans l'immeuble, il faut avoir une clé. Ma grand-mère qui a 85 ans ne va pas bien : elle a très mal à la poitrine depuis quelques minutes ; elle est toute blanche et elle transpire beaucoup. Que dois-je faire ?

- Quel âge as-tu ?

- 8 ans.

- Y a-t-il un adulte avec toi ?

- Non, je suis seul avec ma sœur qui a 7 ans.

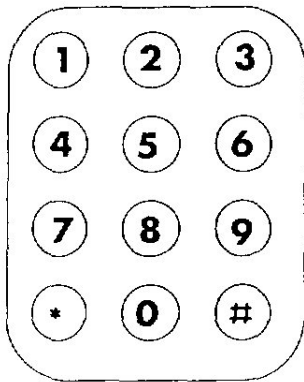
- Alors, tu vas envoyer ta sœur nous attendre à la porte et toi tu vas rester auprès de ta grand-mère, tu vas lui parler pour la rassurer. Ne t'inquiète pas, nous arrivons tout de suite."

#### 1. Colorie les pastilles de la couleur demandée.

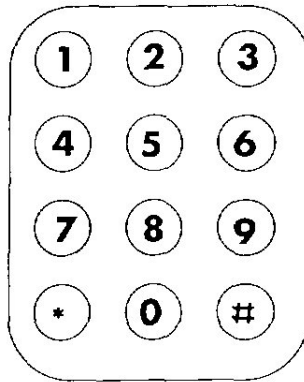
- Identification de la personne qui appelle  (jaune).
- Lieu où elle se trouve et comment y arriver  (vert).
- Nature de l'accident  (bleu).
- État apparent de la victime  (rouge).

#### 2. Retrouve dans le texte du message ces informations et souligne-les de la couleur correspondante.

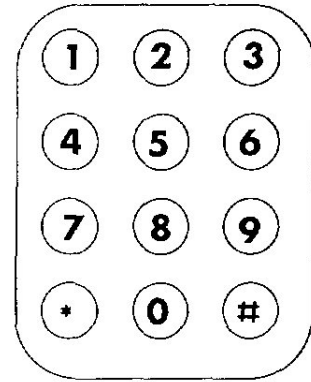
Colorie les touches du cadran (1<sup>er</sup> chiffre en rouge, 2<sup>ème</sup> en vert) pour indiquer le numéro que tu composes pour appeler les secours.



Les pompiers



Le SAMU






La gendarmerie

Lorsque l'on donne un **message d'alerte**, il faut communiquer les **informations** suivantes au secouriste :

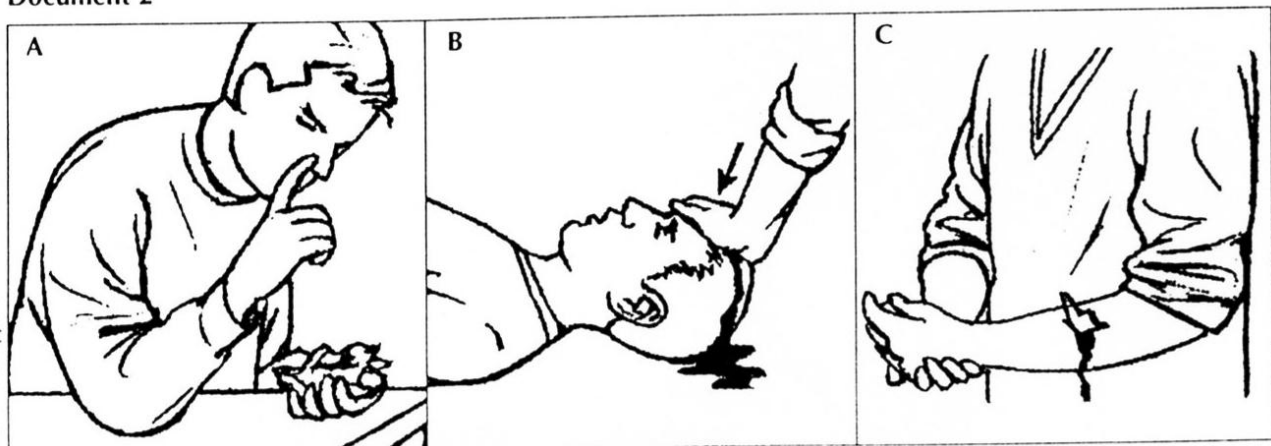
- son nom et son prénom
- son adresse complète ou le lieu de l'accident
- son numéro de téléphone (au cas où le secouriste voudrait rappeler)
- ce qui est arrivé à la victime
- l'état de la victime

Il faut **répondre** aux questions du secouriste et attendre que celui-ci signale de raccrocher le téléphone.


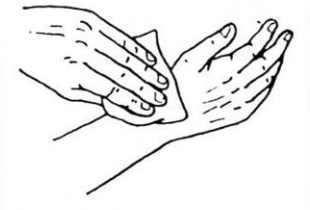


## IV. Comment soigner certaines blessures ?

GESTE	COMMENTAIRE	JUSTIFICATION
<p>1</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ J'appuie avec un pansement propre (mouchoir plié, torchon, serviette...) là où il y a saignement et je ne relâche plus la pression.</li> <li>◆ Si la blessure est à un membre, je surélève celui-ci.</li> </ul>	<p>→ Pour arrêter le saignement. Si l'on relâche, le sang sortira avec encore plus de pression.</p> <p>→ Pour ralentir la circulation du sang vers la plaie.</p>
<p>2</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je fais allonger la victime si elle ne l'est pas déjà.</li> </ul>	<p>→ Pour éviter qu'elle ait un malaise.</p>
<p>3</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Je couvre la victime (mais pas à l'endroit de la plaie) si quelqu'un peut m'apporter de quoi la couvrir. Si je suis seul, je ne le fais pas (pour ne pas relâcher la compression).</li> <li>◆ Je parle à la victime.</li> <li>◆ Je regarde régulièrement l'endroit où j'appuie.</li> </ul>	<p>→ En cas de saignement, il y a refroidissement du corps. Je ne couvre pas la plaie pour pouvoir vérifier l'état de la plaie.</p> <p>→ Pour la rassurer et pour s'assurer qu'elle ne sombre pas dans l'inconscience.</p> <p>→ Pour s'assurer que la pression est efficace (si le sang continue à couler, ma pression est inefficace ; je dois modifier le geste).</p>

### Document 2



**Comment soigner une plaie.**

<p><b>Laver</b> la plaie sous l'eau tiède.</p> 	<p><b>Désinfecter</b> la plaie avec une compresse imbibée d'un antiseptique qui tue les microbes (alcool à 60° par exemple).</p> 	<p><b>Appliquer un pansement</b> sur la plaie sèche.</p> 	<p>Si la plaie saigne beaucoup, il faut avant tout stopper l'écoulement de sang (hémorragie) : <b>compresser</b> la plaie en appuyant fortement plusieurs minutes sur une compresse sèche ; <b>suréleve</b> le membre blessé et <b>téléphoner</b> aux secours.</p> 
--	--	--	---

En cas de	Que faire ?
Morsure ou griffure (chat, chien, lapin)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laver, désinfecter, couvrir d'un pansement.</li> <li>• Téléphoner à un médecin afin qu'il vaccine contre la rage ou le tétanos si cela est nécessaire.</li> </ul>
Piqûre ou morsure d'insecte	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enlever délicatement l'aiguillon ou le dard à l'aide d'une aiguille ; laver, désinfecter, couvrir d'une compresse imbibée d'eau froide.</li> <li>• Téléphoner aux secours en cas de gonflement important ou de difficultés respiratoires.</li> </ul>
Brûlure (par eau bouillante, four, pétard, aliment chaud, barbecue...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laisser la zone brûlée sous l'eau froide environ 10 minutes ; protéger par une compresse sèche ou un tissu propre (qui ne peluche pas).</li> <li>• Si la brûlure est importante, téléphoner aux secours.</li> </ul>
Intoxication par absorption de produits toxiques (eau de Javel, lessive, dissolvant, essence, médicaments, champignons vénéneux...)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ne pas faire vomir, ni boire, ni manger la personne intoxiquée.</li> <li>• Se renseigner sur ce qu'elle a avalé (nom du produit).</li> <li>• Téléphoner d'urgence aux secours ou au centre antipoison qui expliqueront ce qu'il faut faire (cela dépend du produit absorbé).</li> </ul>

Des gestes simples peuvent secourir une personne blessée comme désinfecter une plaie, comprimer une blessure pour stopper une hémorragie, refroidir une brûlure.

Parfois, cependant, il est nécessaire de faire appel à des secouristes en composant le 15, le 18 ou le 112.

Pour **secourir quelqu'un**, on procède de la manière suivante :

- Protéger** = Analyser la situation  
Supprimer les dangers existants
- Alerter** = Examiner la victime  
Alerter les secours si nécessaire
- Secourir** la victime



## V. A toi de jouer !

C'est mercredi après-midi. Renaud vient chercher Loïc.

Prends ton VTT, on va faire une balade !



D'accord, j'arrive !

Les deux amis sont heureux de prendre un bol d'air !

Génial !

J'ai monté des super pneus sur mon vélo : avec ça, tu peux tout faire !



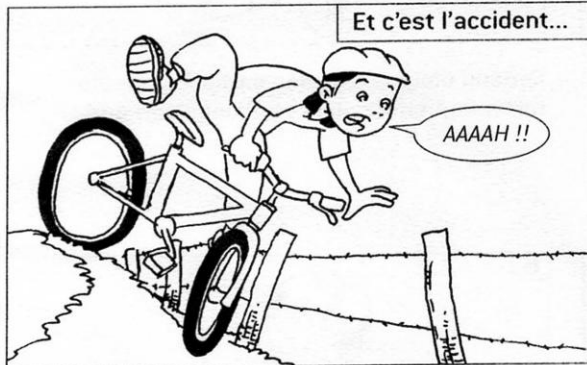
Tiens, regarde la bosse, là-bas...

Heu... Tu crois ?

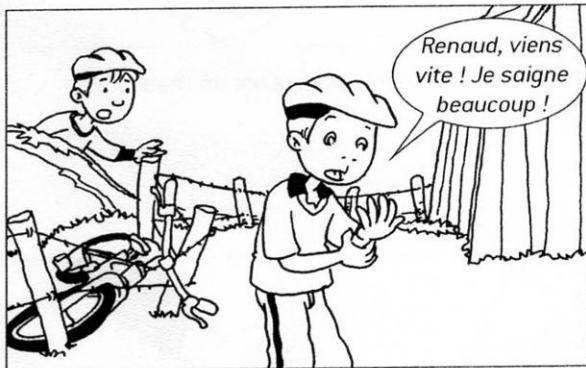


Bien sûr, regarde !

Et c'est l'accident...



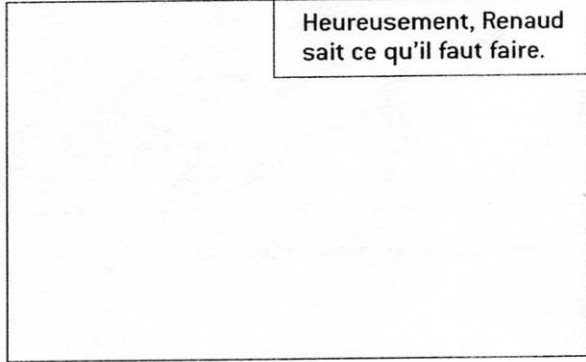
AAAAH !!



Renaud, viens vite ! Je saigne beaucoup !



En effet, Loïc s'est sérieusement blessé. Il faut agir vite.



Heureusement, Renaud sait ce qu'il faut faire.

Julia et Pauline font du vélo sur la route départementale 91. Elles se dirigent vers Osly.



Mais Pauline a du mal à suivre Julia. Elle se fait distancer et se retrouve bientôt seule...



Elle s'arrête et s'assoit dans l'herbe, à bout de forces.



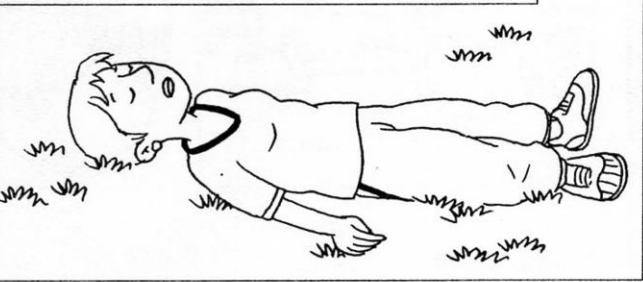
Au bout d'un moment, Julia se demande ce que fait Pauline. Elle décide de faire demi-tour.



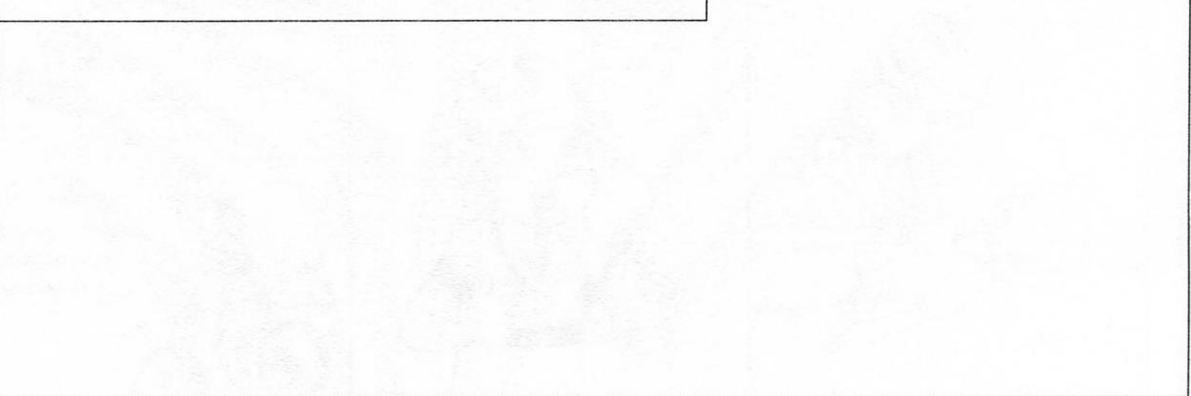
Elle arrive sur les lieux et reste bouche bée en découvrant son amie.



Pauline est allongée sur le dos, elle a les yeux fermés et ne bouge plus...



Julia ne perd pas son sang-froid et se penche vers son amie.



Ton petit voisin de 4 ans, Alexandre, est chez toi. Dans la cuisine, il a fait basculer imprudemment la casserole d'eau bouillante qui se trouvait sur la gazinière.

Il s'est brûlé l'avant-bras qui est rouge avec des cloques. Il pleure.

Tu portes les gestes de premiers secours et tu appelles le SAMU.

◆ Coche la bonne réponse.

- Il faut laver une plaie avec de l'eau très chaude.
- Pour désinfecter une plaie, on utilise une compresse imbibée d'eau.
- Un pansement s'applique sur une plaie bien désinfectée.
- Comprimer une plaie sert à stopper une hémorragie.

Vrai	Faux
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*DOCUMENT 2*

◆ Remets dans l'ordre les actions à accomplir pour soigner une plaie qui saigne peu.

\* désinfecter      \* appliquer un pansement      \* laver

\* ..... \* ..... \*

◆ Entoure sur ce dessin, ce dont tu aurais besoin pour soigner une piqûre de guêpe.

- |                       |                             |
|-----------------------|-----------------------------|
| 1 pansements          | 7 épingles de sûreté        |
| 2 bande               | 8 ciseaux                   |
| 3 boîte de compresses | 9 alcool à 60°              |
| 4 sparadrap           | 10 autre antiseptique       |
| 5 thermomètre         | 11 pommade contre les coups |
| 6 aiguille            | 12 pince à écharde          |



◆ Imagine...

Alors que tu joues au ballon dans le jardin avec ton frère, le ballon tombe dans le bac de fleurs, près du barbecue allumé. En voulant ramasser le ballon, ton frère se brûle la main gauche contre les pics à brochettes : il a très mal et pleure à chaudes larmes.

**Décris, dans l'ordre, ce que tu dois faire afin de le secourir.**