

# « Premiers gestes » Formation de base pour les enseignants

(extrait d' « Apprendre à porter secours » MEN 2006, disponible sur <http://eduscol.education.fr/D0118>)

Objectifs de la formation	Démarche générale
<p>À l'issue de la formation de base « Apprendre à porter secours », l'enseignant doit être capable :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>d'agir efficacement face à certaines situations d'urgence</b> pouvant être rencontrées en milieu scolaire ;</li> <li>- <b>de permettre l'éducation des élèves</b> pour faire face aux situations décrites</li> </ul>	<p>La démarche commune aux situations présentées comprend :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- protéger pour éviter un suraccident ;</li> <li>- alerter ;</li> <li>- intervenir auprès d'une victime (voir description ci-dessous).</li> </ul> <p><b>Protéger</b> Observer la situation pour effectuer, si nécessaire, une protection :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- de soi-même ;</li> <li>- du blessé ou du malade ;</li> <li>- des autres.</li> </ul> <p><b>Alerter</b> Effectuer une alerte pertinente auprès du médecin du SAMU en téléphonant au 15 :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en donnant la localisation précise (ville, rue, nom de l'école...) ;</li> <li>- en décrivant ce que l'on a observé ;</li> <li>- en expliquant ce que l'on fait ;</li> <li>- en appliquant les conseils donnés.</li> </ul> <p><b>Intervenir auprès d'une victime</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- consciente avec un traumatisme, un saignement important ou une brûlure ;</li> <li>- inconsciente et qui respire ;</li> </ul>

## Être capable d'agir face à une victime consciente avec un traumatisme, un saignement important ou une brûlure.

- **S'assurer que la victime est consciente**

- la personne répond de façon cohérente quand on lui parle ;
- l'enfant, parle, pleure.



## • Agir face à un traumatisme

Objectif du geste : Éviter l'aggravation et soulager la douleur.

Principe du geste : Éviter toute mobilisation de la partie du corps où siège le traumatisme.

Description de l'action face à :

### 1. Un traumatisme du membre supérieur :

- Laisser le blessé soutenir lui-même son avant-bras
- Alerter- Rassurer



### 2. Un traumatisme du membre inférieur :

- laisser le membre inférieur dans la position dans laquelle il se trouve ;
- couvrir le blessé s'il est à l'extérieur ;
- alerter le 15 ; rassurer.



### 3. Un traumatisme dorsal :

- demander au blessé de ne pas bouger ;
- maintenir la tête dans la position où elle se trouve ;
- le faire couvrir s'il est à l'extérieur ;
- faire alerter le 15 ; rassurer.



Signe de gravité :

- Il ne sent plus ses membres,
- Il a des fourmillements dans les membres

### 4. Un traumatisme crânien :

- allonger le blessé ;
- maintenir la tête du blessé dans la position dans laquelle il se trouve (si le blessé n'est pas agité) ;
- le faire couvrir s'il est à l'extérieur ;
- faire alerter le 15 ; rassurer.

Signes de gravité

- il est somnolent ou agité ;
- il a une modification du comportement ;
- il ne se souvient plus de ce qui s'est passé et/ou
- il se plaint de maux de tête violents et/ou
- il vomit ou a des nausées et/ou
- il a un écoulement de sang ou de liquide clair du nez ou des oreilles
- il ne répond plus.



Justification du geste : (pour l'élève)

**En cas de traumatisme, il faut éviter de bouger la personne qui a subi ce traumatisme et tout particulièrement la partie du corps où siège celui-ci afin de ne pas aggraver la lésion et de diminuer la douleur.**

## • Agir face à un saignement abondant

Objectif du geste : Arrêter le saignement.

Principe du geste : Exercer une pression sur les vaisseaux pour arrêter le saignement.

Description de l'action face à :

### 1. Une plaie qui saigne abondamment :

- allonger le blessé ;
- appuyer sur la plaie avec un linge propre, un plastique ;
- alerter le 15 ; rassurer.



### 2. Un saignement de nez

- laisser la tête droite\* ;
- appuyer avec le doigt dix minutes sur la narine qui saigne
- alerter le 15 si le saignement ne s'arrête pas.

Justification du geste : (pour l'élève)

**En cas de saignement**, lorsque le sang coule à l'extérieur du corps, on dit que la personne fait une hémorragie, cela présente deux dangers :

- la personne blessée peut perdre beaucoup de sang, voire mourir si rien n'est fait.

**C'est pourquoi il faut appuyer sur une plaie qui saigne pour empêcher le sang de s'écouler ;**(\* ne pas mettre la tête en arrière lors d'un saignement de nez, cela n'empêcherait pas le sang de continuer à s'écouler)

- très rarement, le sang peut transmettre des maladies d'une personne à l'autre (si la personne qui porte secours a aussi une plaie à la main).

**C'est pourquoi, une personne qui porte secours doit se protéger la main** (tissu, matière plastique...).



## • Agir face à une brûlure

Objectif du geste : Éviter l'extension de la brûlure et soulager la douleur

Principe du geste : Refroidir la zone brûlée

Description de l'action face à une brûlure :

- mettre immédiatement la zone brûlée sous l'eau froide, à 10 ou 15 cm, pendant **au moins cinq minutes** ;
- observer la surface et l'aspect de la brûlure pour les décrire lors de l'alerte ;
- alerter le 15 ; rassurer.

Justification du geste : (pour l'élève)

**En cas de brûlure**, la peau et les organes qu'elle protège (muscles, nerfs...) peuvent être endommagés et on souffre beaucoup.

**C'est pourquoi, il faut mettre sous l'eau courante froide la zone brûlée, pour arrêter la progression de la brûlure** et diminuer la douleur. N'effectuer aucune autre intervention, par exemple ne pas retirer un vêtement en contact avec la peau.

## Être capable d'agir face à une victime inconsciente et qui respire.

### • Identifier l'inconscience

- Poser deux questions simples : Qu'est-ce qui s'est passé ? Quel est votre nom ?
- Demander d'exécuter deux ordres simples lorsque la victime ne parle pas spontanément : « Ouvrez les yeux, serrez-moi la main ».



### • Libérer les voies aériennes

Objectif du geste : Permettre le passage de l'air vers les poumons, pour éviter l'asphyxie liée à la « chute » de la langue.

Principe du geste : Faire remonter le menton pour dégager la langue de l'arrière-gorge.

Description de l'action : Mettre deux doigts sous le menton, l'autre main sur le front et basculer prudemment la tête en arrière.



Justification du geste : (pour l'élève)

Les deux conduits qui passent dans la gorge permettent l'un de respirer (trachée) et l'autre de se nourrir (œsophage). Lorsqu'on « avale de travers », ça signifie qu'un aliment s'engage dans la trachée au lieu de descendre dans l'œsophage.

**Lorsqu'une personne est inconsciente**, les muscles sont relâchés. Ainsi, la langue « chute » vers l'arrière-gorge et peut faire obstacle à l'inspiration car elle obstrue la trachée.

**C'est pourquoi, il faut basculer prudemment la tête de la personne en arrière, en mettant deux doigts sous le menton et l'autre main sur le front pour faire remonter la langue qui est solidaire du maxillaire inférieur**

### • Apprécier la respiration

En maintenant la bascule de la tête en arrière, se pencher (pour regarder l'abdomen et le thorax) et mettre sa joue à proximité des voies aériennes supérieures de la victime pendant dix secondes. Le thorax se soulève-t-il ? L'abdomen bouge-t-il ? Perçoit-on un souffle ? La respiration est-elle bruyante ?...



## • Mettre la victime sur le côté, en position d'attente

**Objectif du geste :** Installer la victime dans une position d'attente des secours, évitant tout obstacle au passage de l'air vers la trachée et les poumons (« chute » de la langue, vomissements...).

**Principe du geste :** Tourner la personne sur le côté, s'assurer de la stabilité de la position et de la libération des voies aériennes.

### Étapes de la réalisation du geste :

- Tourner la personne vers soi en l'installant sur le côté avec une main sous la joue pour maintenir libre les voies aériennes : tourner sur le côté
- S'assurer de la stabilité de la position, en réalisant trois points d'appui, avec les membres supérieurs (essentiellement le coude), le côté à terre, le genou qui repose au sol « comme une béquille ».
- Ouvrir la bouche pour faciliter l'écoulement de la salive et des vomissements.



### Description de l'action :

La position d'attente sur le côté est une position confortable « comme si la victime dormait en chien de fusil avec une main sous la joue, sa main servant de coussin ».

**Position du sauveteur :** Se placer à genoux, à côté du tronc de la victime.

### **Position de la victime :**

- écarter doucement le bras de la victime à 90° du côté où on se trouve et le plier le plus possible vers la tête de la victime ;
- saisir l'autre bras de la victime, placer le dos de sa main contre son oreille (côté sauveteur) et l'y maintenir.

### **→Effectuer la rotation :**

- avec l'autre main, attraper le genou du côté opposé à soi et plier le genou qui servira de levier pour la rotation
- se reculer et appuyer sur le genou jusqu'à ce qu'il soit contre le sol.



### **→Stabiliser la position :**

- dégager doucement sa propre main de dessous la tête de la victime ;
- tirer le genou au sol vers soi pour fléchir la cuisse à 90°.

### **→Ouvrir la bouche pour faciliter l'écoulement de la salive et des vomissements.**

Pour chaque situation, le sauveteur doit alerter le 15 en décrivant l'état de la personne et les gestes effectués.



N.B. Si la victime est inconsciente suite à un traumatisme violent (chute d'un lieu élevé, d'une échelle, piéton renversé...), la mise sur le côté ne s'effectue qu'après avis du médecin régulateur du SAMU. En attendant, on maintient la bascule de la tête en arrière.

### Justification du geste (pour l'élève) :

**Lorsqu'une personne est inconsciente**, les réflexes de toux et de déglutition peuvent disparaître. Elle n'est donc plus capable « d'avalier sa salive, ni de tousser » si un corps étranger passe dans la trachée. En cas de vomissements par exemple, quand une personne est sur le dos, le contenu de l'estomac pourra donc passer de l'oesophage dans la trachée et entraîner ainsi une asphyxie.

**C'est pourquoi, il faut mettre une personne inconsciente sur le côté, dans une position stabilisée qui permette le passage régulier de l'air vers les poumons et ouvrir la bouche pour faciliter l'écoulement de la salive et des vomissements.**