

1 MINUTE COMPTE !

Chez vous, au travail, dans la rue, si quelqu'un a un malaise ou s'effondre, inconscient... c'est peut-être un accident. **1 minute compte !** Est-ce que vous savez comment agir ?

La victime se plaint d'une forte douleur dans la poitrine mais continue à parler.

La victime est consciente et respire

« Ça va ? »
« Ça va pas »



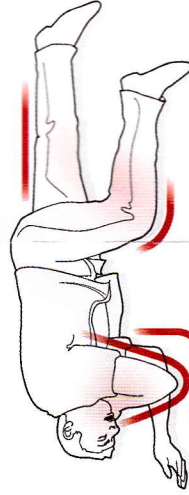
- ▶ Allongez-la dans un endroit sûr.
- ▶ Posez-lui les bonnes questions : depuis combien de temps ressentez-vous cette douleur ? Est-ce la première fois ? Prenez-vous des médicaments ?
- ▶ Appelez le 15 (SAMU).
- ▶ Rassurez-la.

La victime ne répond pas aux questions, ne bouge pas. Vérifiez sa respiration : près de sa bouche et au niveau de la poitrine (elle se soulève).

La victime est inconsciente et elle respire



- 1 Basculez sa tête en arrière et tirez le menton vers le haut pour éviter que sa langue ne gêne sa respiration.



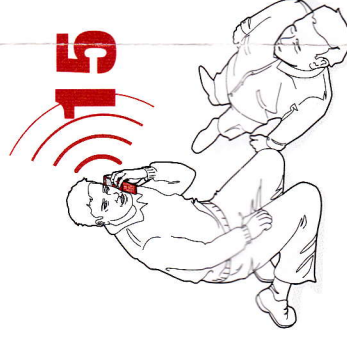
- 2

 - ▶ Tournez-la sur le côté (position latérale de sécurité).
 - ▶ Appelez le 15 (SAMU).
 - ▶ Surveillez-la, en particulier sa respiration, jusqu'à l'arrivée des secours.



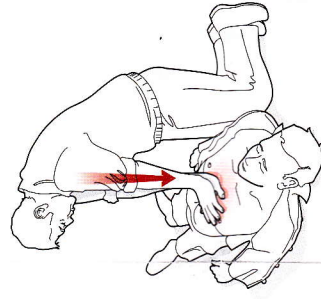
La victime est inconsciente ; elle ne respire pas ou de façon anormale*

*Dans ce cas, les mouvements respiratoires sont inefficaces, lents, bruyants et anarchiques (= gasps). Agissez immédiatement.



- 1 Appelez le 15 (SAMU).

- 3 Si un **défibrillateur** est à disposition, utilisez-le immédiatement en suivant les instructions. L'appareil fait lui-même le diagnostic et délivre le choc si nécessaire, en demandant ou non d'appuyer sur un bouton selon les modèles.



- 2

Commencez le **massage cardiaque** : 120 compressions par minute, soit 2 par seconde. Enfoncez les mains de 5 à 6 cm au milieu du thorax.

Si vous savez le faire, pratiquez 2 insufflations (bouche-à-bouche) toutes les 30 compressions thoraciques.

