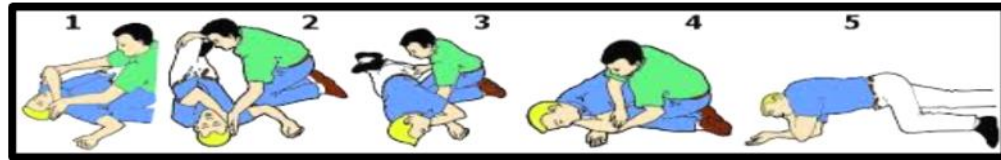




La Position Latérale de Sécurité



La Position Latérale de sécurité (PLS), consiste à mettre la victime inconsciente sur le côté, la tête dans le prolongement du corps. Cette technique permet, lors d'une perte de conscience, d'éviter que la langue ne descende dans la gorge et que d'éventuels vomissements obstruent le passage d'air jusqu'aux poumons.

Il faut alors :

- Coucher la personne sur le côté gauche en maintenant la tête dans l'axe du corps lors du retournement sur le côté. Il faut placer le bras droit sous l'oreille de la victime pour faciliter le retournement.
- Placer la tête de la personne sur un vêtement roulé en boule et une fois sur le côté et afin d'améliorer la stabilité, il faut plier la jambe droite sur la jambe gauche tendue.

Appelle les secours car tu n'es pas un super héros



Transmets les informations :

Nature du problème, localisation très précise, nombre de personnes concernées.

Attendre les instructions avant d'interrompre la communication !!



Le manuel des gestes qui sauvent



Lillia SOUBIE, Marie PIRES PRATA, Anas BELKANICHI et Antoine CHAUDET

**Réalisé par la Commission « Prévention et Secours »
du Conseil Municipal des Enfants**

de la ville de Gan

La brûlure



Les gestes à faire :

Refroidir le plus tôt possible et au plus tard dans les 30 minutes. Faire ruisseler de l'eau tempérée (entre 15 et 25°). Le refroidissement stoppe l'extension de la brûlure et soulage la douleur.

Comment reconnaître les différents types de brûlures ?



- **1^{er} degré** : La peau est rouge et douloureuse.
- **2^{ème} degré (superficiel)** : La peau est rouge, douloureuse et des cloques se sont formées.
- **2^{ème} degré (profond)** : La peau est rouge avec des zones blanches, la douleur est très importante.
- **3^{ème} degré** : La peau peut varier du beige au noir, la peau n'est pas douloureuse car elle est détruite.
- **4^{ème} degré** : La peau est noire et dure.

Si la brûlure est importante, consulter un médecin ou se rendre aux urgences les plus proches.



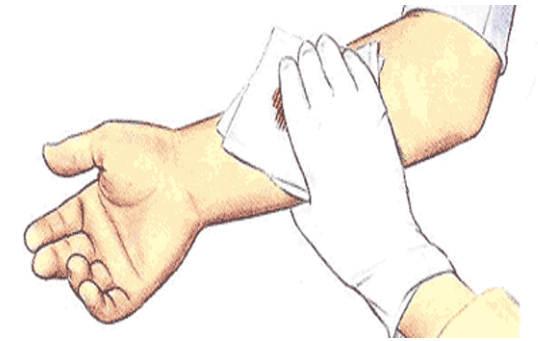
La coupure



Pour soigner une coupure il faut :

- Rincer la plaie à l'eau savonneuse.
- Pendant une dizaine de minutes, comprimer la plaie à l'aide d'une compresse ou d'un tissu propre pour arrêter le saignement (ne pas utiliser de coton).
- Apposer un pansement assez large confectionné à l'aide de gaze stérile et de sparadrap.
- Si la coupure est profonde, consulter un médecin ou se rendre aux urgences les plus proches.
- **Dans tous les cas, il ne faut jamais frotter la plaie, au risque d'aggraver la lésion et d'augmenter la douleur occasionnée par la blessure. Par ailleurs, l'application d'eau oxygénée permet d'obtenir un effet coagulant**

Les saignements



Les bons gestes en cas de saignement :

Dans un premier temps, évitez de mettre vos mains, non protégées, au contact de son sang. Demandez-lui d'effectuer un point de compression.

Demandez à une personne de prévenir les secours, ou faites le vous-même si vous êtes seul.

Si vos mains sont protégées, exercez directement une pression sur sa plaie.

Allongez la victime en position horizontale. La vue du sang provoque souvent des malaises chez les victimes.

Si la blessure ne cesse de saigner, appuyez plus fermement sur la plaie et attendez l'arrivée des secours.

Si c'est un saignement de nez, ne pas faire basculer la tête en arrière. Mettre la tête en avant.

Quelle que soit la nature du saignement, les premiers gestes seront donc toujours identiques : L'appui avec la main, l'allongement de la victime en position horizontale et l'alerte des secours si l'hémorragie se révèle trop importante.



Le malaise



Comment reconnaître un malaise ?

La personne a perdu connaissance, mais sa poitrine se soulève régulièrement.

Les bons gestes :

- Allonger la personne sur le sol.
- Retirer ou desserrer tout vêtement serré (cravate, ceinture, soutien-gorge...).
- Si les circonstances le permettent (hors traumatisme violent), basculer la tête de la personne en arrière pour qu'elle puisse respirer facilement et placer la personne en position latérale de sécurité.
- En attendant les secours, il faut surveiller la personne inconsciente, notamment sa respiration et son pouls. Au réveil, il faut penser à noter la durée de la perte de connaissance.
- Si la personne convulse (mouvements anormaux du corps), ne pas empêcher les mouvements, mais il faut écarter les objets ou le mobilier pouvant la blesser. Après les convulsions, le retour à la conscience peut être long (jusqu'à 20 à 30 minutes). Dans ce cas, la position latérale de sécurité est nécessaire, jusqu'à son réveil. Si la personne reprend rapidement conscience (malaise vagal), rassurez-la et allongez-la sur le dos en surélevant ses jambes.