

Prévention Secours Civiques de niveau 1



OBJECTIF

PSC 1

Être capable d'exécuter une action citoyenne d'assistance à la personne en réalisant les gestes élémentaires de secours :

-  en assurant une **protection immédiate, adaptée et permanente** pour vous-même, la victime et les autres personnes en présence des dangers environnants ;
-  en assurant la **transmission de l'alerte** au service le plus adapté ;
-  en réalisant immédiatement les **premiers gestes de secours** face à une personne :
 - victime d'une obstruction des voies aériennes ;
 - victime d'un saignement abondant ;
 - inconsciente qui respire ;
 - en arrêt cardiaque ;
 - victime d'un malaise ;
 - victime d'un traumatisme.

ALERTE et PROTECTION des populations



OBJECTIF

Alerte et Protection
des populations



Être capable,
après avoir identifier le
Signal National d'Alerte ,
d'indiquer les principales mesures
de protection à prendre.

L'alerte des populations

Réseau d'environ
5300 sirènes



**Essais chaque premier mercredi du mois
(cycle restreint de 30')**

Conduite à tenir

- **Se mettre en sécurité**, rejoindre une construction sans délai.
- **S'informer:** Les messages d'alerte et de prévention du ministère sont diffusés de façon prioritaire sur:
FR-ALERT (juin 2022), TWITTER, FACEBOOK, et GOOGLE
mais aussi par certains canaux de communication de la RATP,
Vinci Autoroutes, Radio France et France Télévisions.
Parallèlement, il est possible de s'abonner au compte du
ministère de l'intérieur (@Beauveau_alerte)
- **Respecter les consignes:** fermer les portes, se confiner, stopper
les ventilations ou climatisations.



Trousse spéciale confinement 30 personnes - **TSPCONF2**

Equipée avec brassard, lampe et radio dynamo.

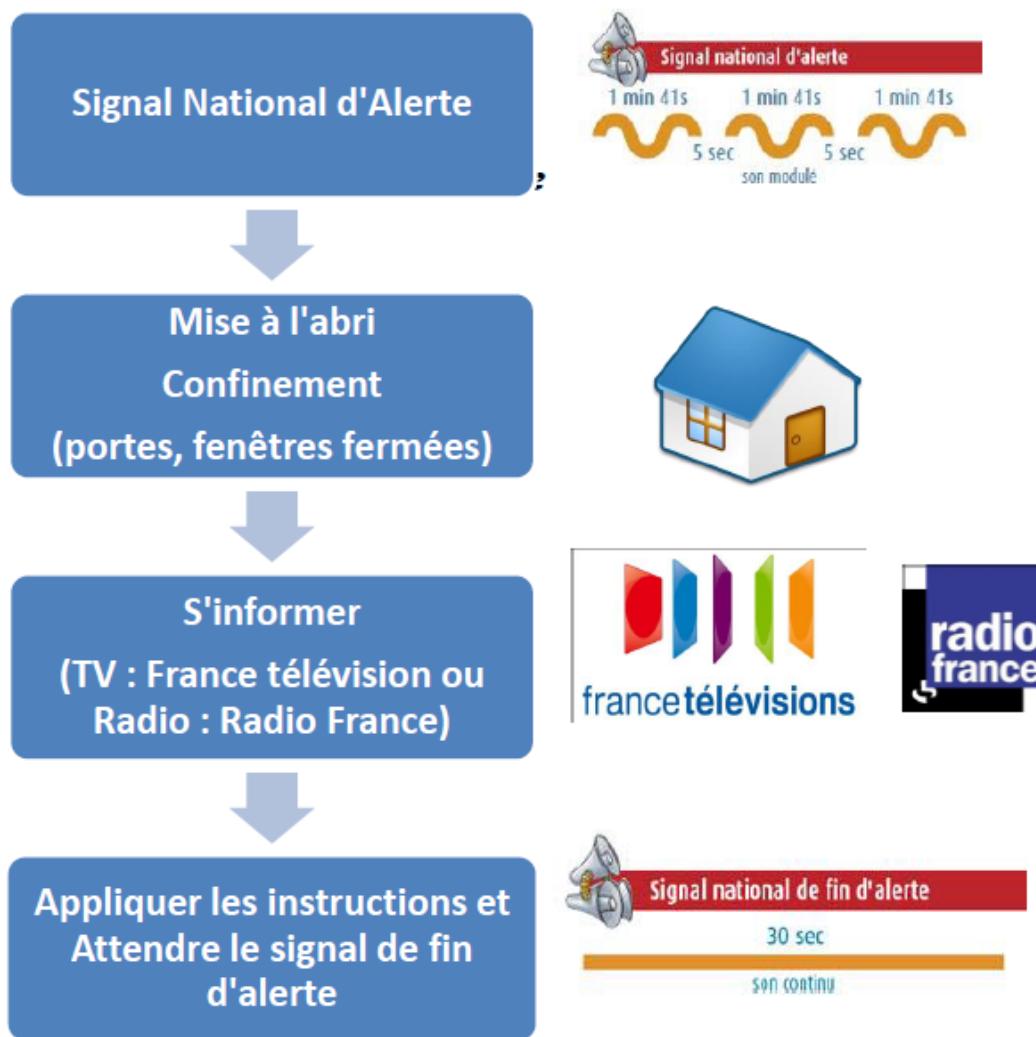
- Dans le cadre de la mise en oeuvre du **Plan Particulier de Mise en Sûreté** (PPMS - BO HS n°3 du 30 Mai 2002), les établissement scolaires doivent s'équiper en vue de la survenance d'incidents majeurs : inondation, tempête, séisme, etc. Une trousse de premiers secours doit être disponible dans chaque zone de confinement des élèves et personnels de l'établissement (écoles, collèges, lycées et établissements d'éducation spécialisée).
 - La trousse de secours **PPMS** souple est en tissu polyester matelassé pour protéger le nécessaire de soins.
 - Elle est équipée d'une poignée intégrée ergonomique en caoutchouc.

› [Voir la description complète du produit](#)

Dispositif d'alerte propre aux aménagements hydrauliques: **corne de brume**.

Synthèse

Alerte et Protection
des populations



PROTECTION



Protection **contrôlée** Situation

Protection



ALERTE



Alerte



SAMU: le service d'aide
médicale d'urgence



Sapeurs-pompiers



Police secours



Numéro d'appel d'urgence
européen



SMS

Nature du problème

Appréciation de la gravité

Numéro de téléphone

Premières mesures prises,
gestes effectués



Risques éventuels

Localisation très précise

Nombre de personnes concernées,
âge

**Attendre les instructions avant de d'interrompre
la communication**

OBSTRUCTION des voies aériennes par un corps étranger (45')



OBJECTIF

OBSTRUCTION
des voies aériennes



**Être capable, face à une victime
qui présente un étouffement,
d'en reconnaître les signes et
de réaliser les gestes de secours
d'urgence adaptés et nécessaires.**

Situation

OBSTRUCTION
des voies aériennes

Scénario 1



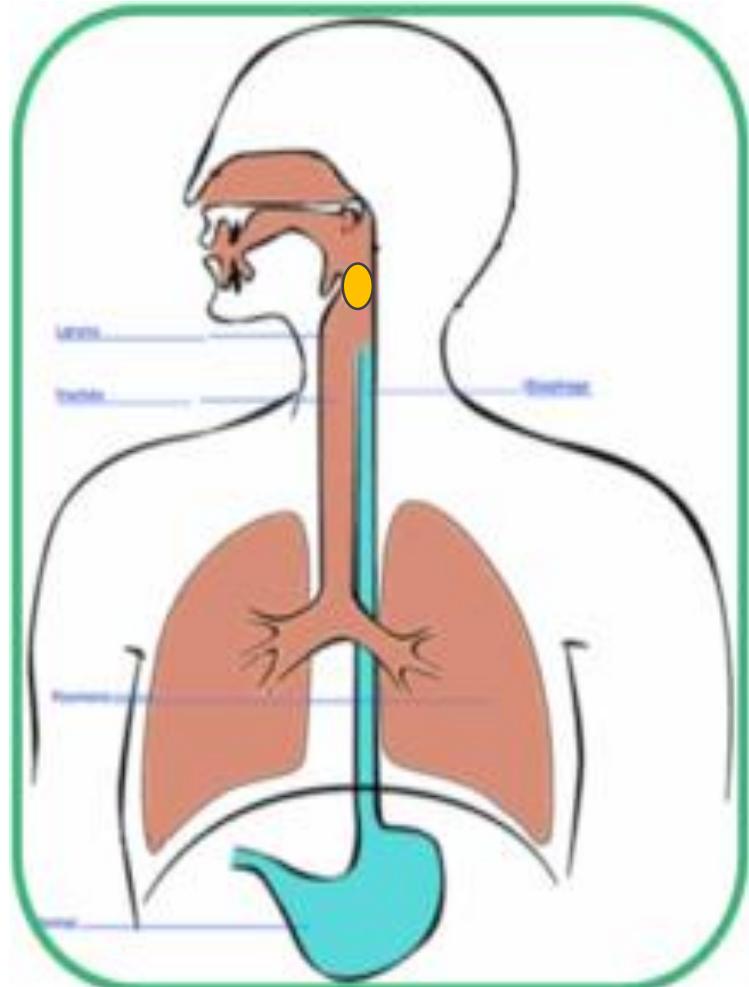
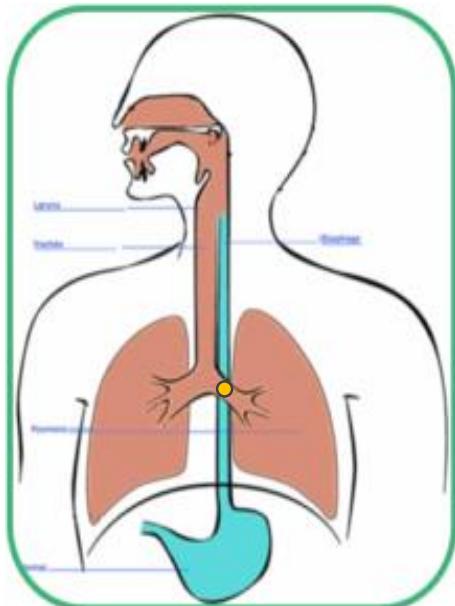
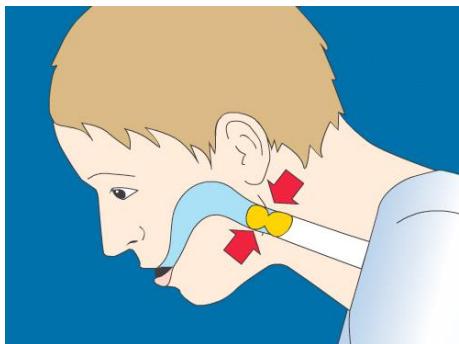
Scénario 2



Définition

OBSTRUCTION
des voies aériennes

C'est la gêne ou l'empêchement brutal des mouvements de l'air entre l'extérieur et les poumons.



Conduite à tenir Obstruction partielle

OBSTRUCTION
des voies aériennes

-  ne pas pratiquer de technique de désobstruction ;
 -  installer la victime dans la position où elle se sent le mieux;
 -  encourager à tousser ;
 -  demander un avis médical et appliquer les consignes;
- surveiller attentivement la victime.

Résultat attendu

Obstruction totale

OBSTRUCTION
des voies aériennes

Désobstruer les voies aériennes:

- donner des claques dans le dos;
- puis réaliser des compressions en cas d'inefficacité des claques dans le dos.

CLIQUE dans le dos

OBSTRUCTION
des voies aériennes

- ✓ entre les deux omoplates
- ✓ avec le talon de la main ouverte
- ✓ de façon vigoureuse



Compressions **ABDOMINALES** chez l'adulte

OBSTRUCTION
des voies aériennes



Passer les bras sous ceux de la victime



Pencher la victime vers l'avant



Placer le poing au-dessus du nombril



Placer la seconde main sur la première



Tirer franchement vers l'arrière et le haut

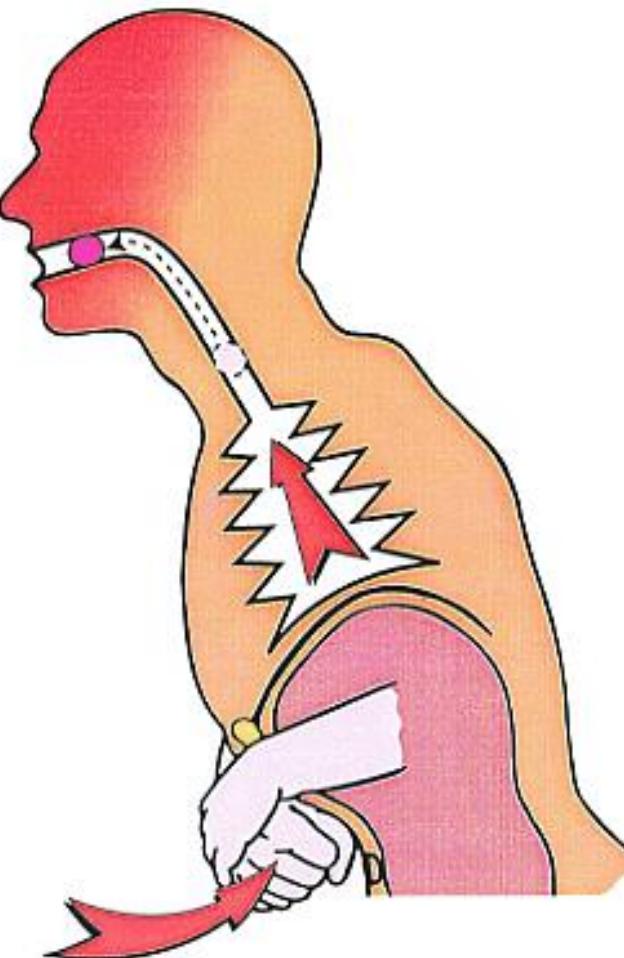


1 à 5 compressions



Compressions **ABDOMINALES** **chez l'adulte**

OBSTRUCTION
des voies aériennes



Compressions **THORACIQUES**

OBSTRUCTION
des voies aériennes

chez la femme enceinte et la personne obèse



- ✓ au milieu du sternum
- ✓ sans appuyer sur les côtes
- ✓ vers l'arrière

Compressions abdominales

Résultats

OBSTRUCTION
des voies aériennes

Désobstruction efficace

-  installer dans la position où la personne se sent le mieux ;
-  Réconforter en lui parlant ;
-  Desserrer les vêtements ;
-  Alerter les secours et
-  appliquer leurs consignes ;
- Surveiller la victime.

Perte de connaissance

-  accompagner au sol ;
-  faire alerter ou alerter ;
-  réaliser une réanimation cardio-pulmonaire ;
-  vérifier la présence du corps étranger dans la bouche, à la fin de chaque cycle de compressions.

HEMMORRAGIES

Externes



HEMORRAGIES
externes



Signes

HEMORRAGIES
externes

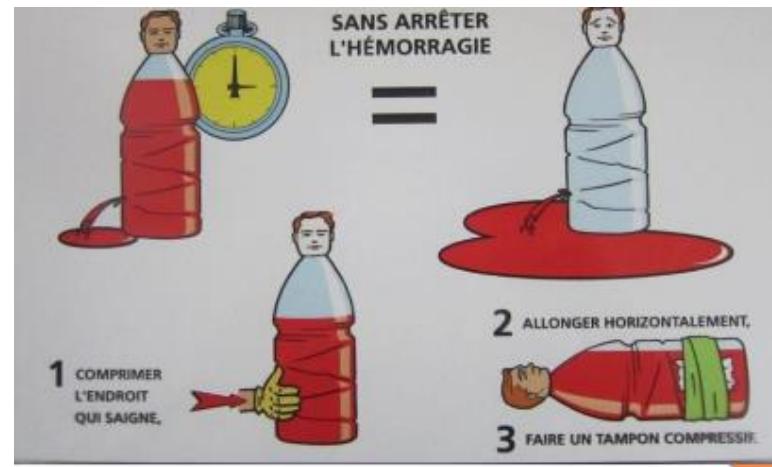
Perte de sang imbibe un mouchoir
en quelques secondes.



LES RISQUES

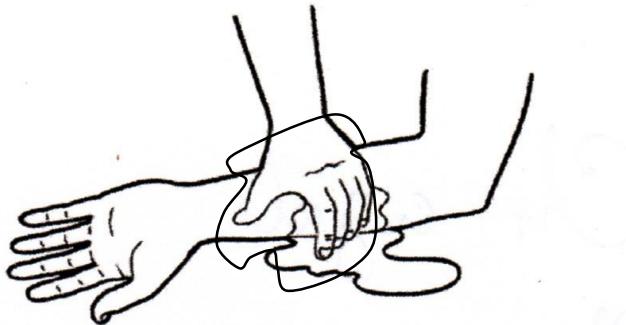
Pour la victime:

- Détresse circulatoire ou un arrêt cardiaque par une diminution importante de la quantité de sang dans l'organisme.



Pour le sauveteur:

- être infecté par une maladie transmissible s'il présente des effractions cutanées (plaies) ou en cas de projection sur les muqueuses (bouche, yeux).



APPUYER
(La victime,
Le sauveteur,
Pansement compressif)



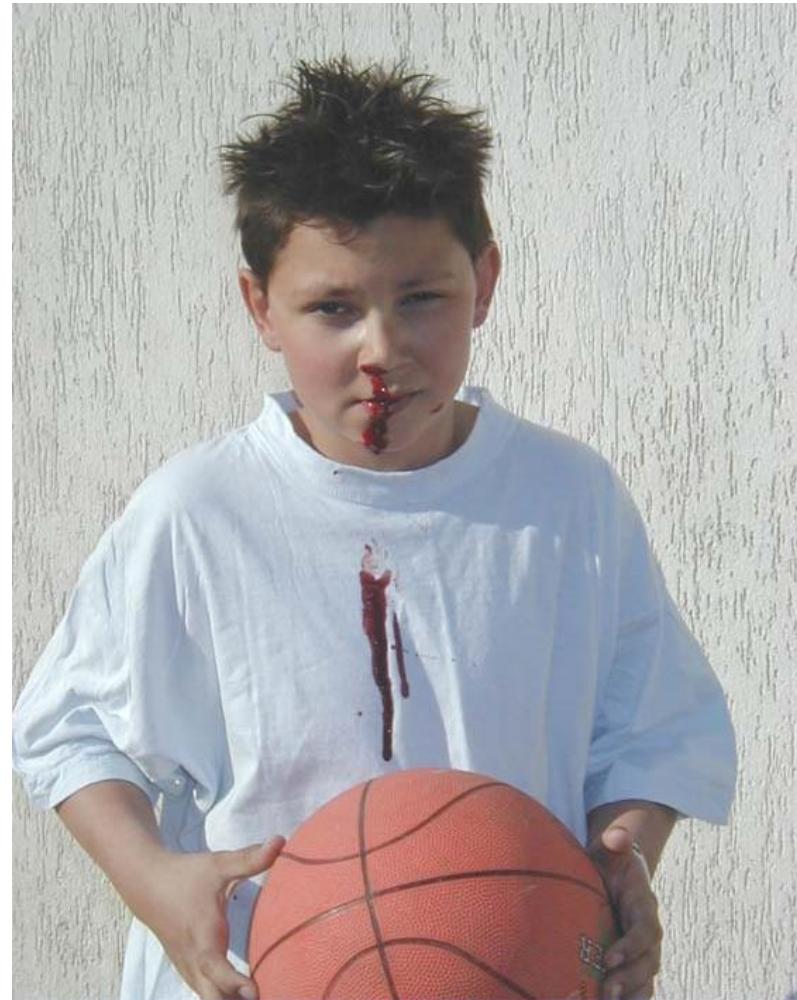
ALLONGER

ALERTER
ou
faire alerter.

**La compression est suffisante,
permanente**

Situation

HEMORRAGIES
externes



Conduite à tenir

HEMORRAGIES
externes



Asseoir la victime, tête penchée en avant ;



Lui demander de se moucher vigoureusement ;



Lui demander de comprimer ses narines, avec les doigts, durant 10 minutes, sans relâcher.



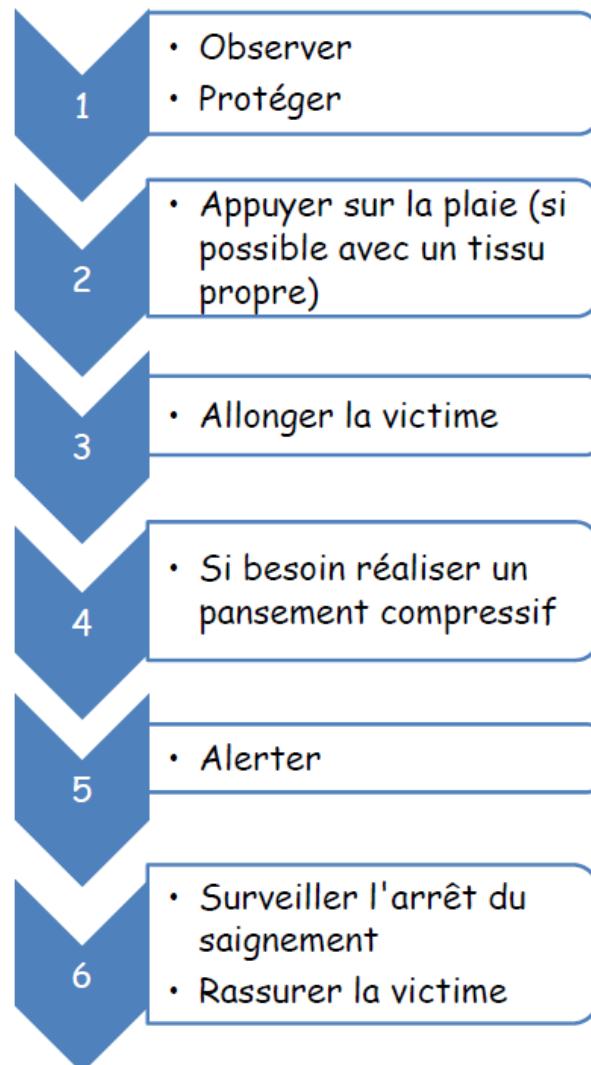
Avis médical si :

- saignement non stoppé ;
- saignement après une chute ou un coup
- prise de médicaments par la victime.



Synthèse

HEMORRAGIES
externes



CAS PARTICULIERS :

- Saignements de nez
- Vomissements ou crachats de sang
- autres



b – Serrer le garrot en tournant le bâton jusqu'à l'arrêt du saignement

LE GARROT

- Le garrot doit être mis en place à quelques centimètres (6) au-dessus de la plaie (entre le cœur et la plaie), jamais sur une articulation.
- 2 tours, 1 nœud, la barre, 2 nœuds, tourner et bloquer.
- Maintenir même si la douleur est intense.
- Le garrot doit toujours rester visible, et retiré uniquement sur avis médical.

LES PLAIES



Plaie GRAVE

Hémorragie associée



Mécanisme pénétrant:



objet tranchant, morsures, projectiles

Localisation:

abdominale, thoracique, oculaire ou proche d'un orifice naturel

Aspect:

déchiqueté, écrasé.


La victime présente une plaie grave, le sauveteur doit identifier la gravité de la plaie afin d'adopter une conduite à tenir adaptée

Comment ?

- Évaluer la gravité de la plaie
- Ne jamais retirer le corps étranger (couteau, morceau de verre...) pour éviter toute aggravation de la lésion ou un saignement
- Installer en position d'attente et sans délai:
 - Allongée pour prévenir les détresses et éviter les complications dans la majorité des cas
 - SAUF
 - Assise en présence d'une plaie au thorax
 - Allongée, jambes fléchies en présence d'une plaie à l'abdomen
 - Allongée, yeux fermés en demandant de ne pas bouger la tête en présence d'une plaie à l'œil (limite les risques d'aggravation de la lésion à l'œil).



Protéger de la chaleur,



Alerter ou faire alerter

Réconforter

Plaie SIMPLE

Causes



Coupure



Ecorchure

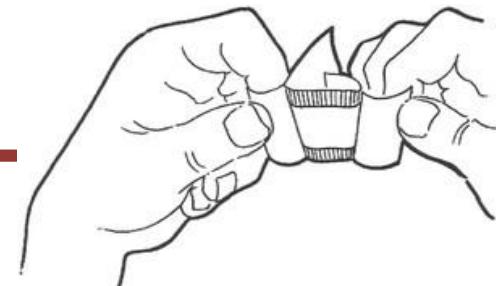


Morsure ou piqûre

Risques

→ infection secondaire

Conduite à tenir plaie simple



Se laver les mains eau + savon.



Nettoyer la plaie eau (savon) et compresse si souillures



Désinfecter à l'aide d'un antiseptique



Protéger par un pansement

Conseiller de consulter un médecin si fièvre, zone chaude, rouge, enflée ou douloureuse et pour vérifier la validité du vaccin antitétanique.

BRULURES



Brûlures

Une brûlure est une **lésion de la peau, des voies aériennes ou digestives.**

Brûlure **SIMPLE** ou brûlure **GRAVE**

Causes :



chaleur
substances chimiques
électricité
frottement
radiations

Risques

- Défaillance circulatoire
- Défaillance respiratoire
- Douleur sévère
- Infection, séquelles fonctionnelles ou esthétiques

Brûlures **GRAVE**



- ✓ Une ou plusieurs cloques dont la surface totale est supérieure à celle de la moitié de la paume de la main de la victime
- ✓ Aspect noirâtre ou blanchâtre
- ✓ Localisation visage, cou, mains, articulations, ou voisin des orifices naturels
- ✓ Rougeur étendue chez l'enfant

Origine chimique, électrique ou radiologique

Résultat attendu



Refroidir immédiatement la plaie par ruissellement d'eau du robinet tempérée.

Retirer les vêtements s'ils n'adhèrent pas à la peau.

Identifier la gravité

Faire alerter ou alerter les secours dès le début de l'arrosage;

Poursuivre le refroidissement, selon les consignes données;

Installer en position adaptée, après refroidissement:

allongée confortablement

assise en cas de gêne respiratoire

en laissant la partie brûlée visible si possible

surveiller continuellement

Brûlures SIMPLE

 Rougeurs de la peau chez l'adulte ou d'une cloque dont la surface est inférieure à celle de la moitié de la paume de la main de la victime.

Résultat attendu



Refroidir immédiatement la plaie par ruissellement d'eau du robinet tempérée.



Retirer les vetements s'ils n'adhèrent pas à la peau.



Identifier la gravité

Poursuivre le refroidissement jusqu'à disparition de la douleur

Ne jamais percer les cloques

Protéger les cloques par un pansement stérile

Demander un avis médical ou d'un autre professionnel de santé:

— pour vérifier la validité de la vaccination

— s'il s'agit d'un enfant ou d'un nourrisson

— en cas d'apparition dans les jours qui suivent de fièvre, d'une zone rouge, chaude, gonflée, douloureuse.

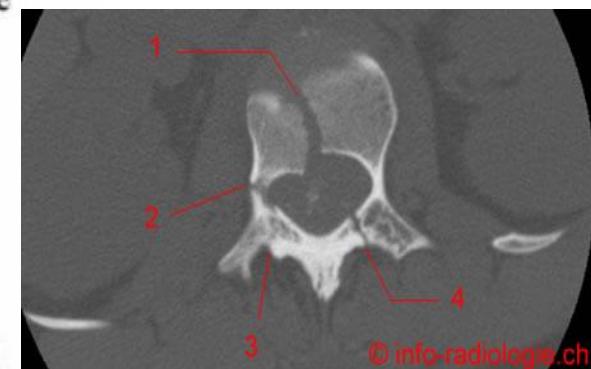
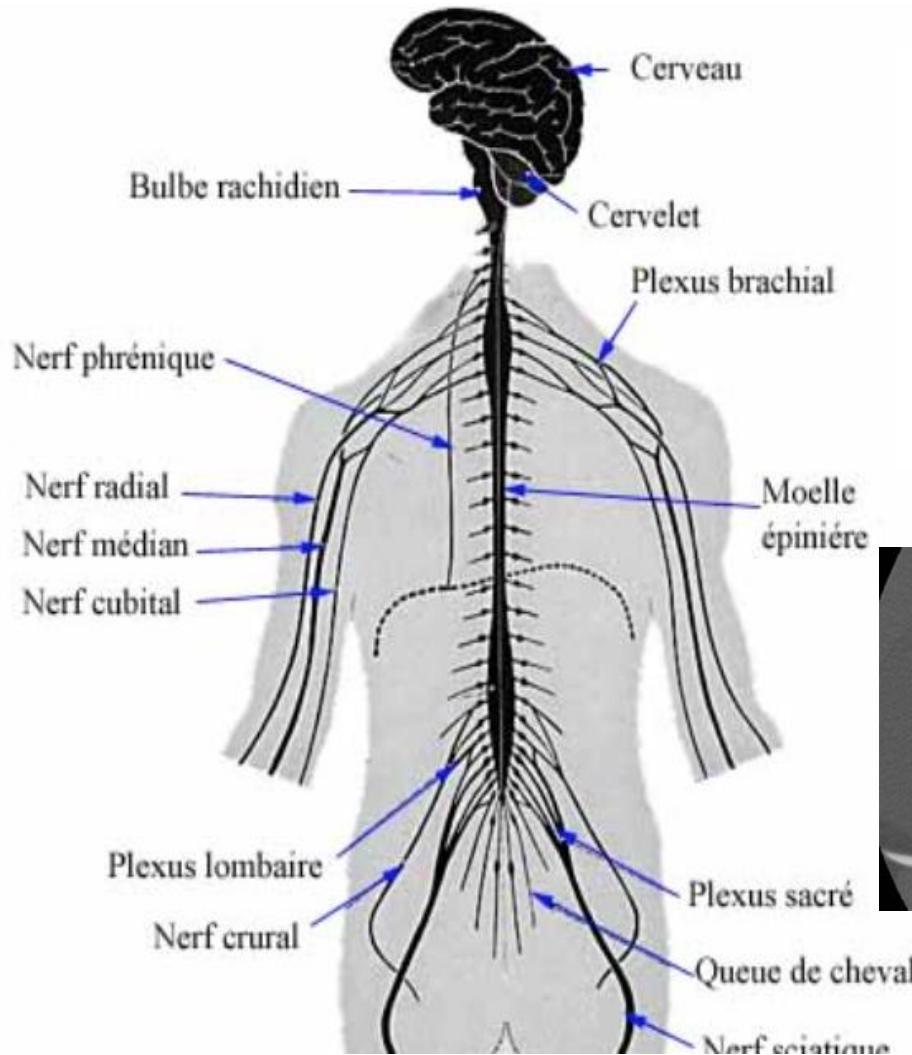
Brûlures particulières



Traumatisme

- | | |
|-------------------|---|
| Définition | Lésion des os, des articulations, des organes ou de la peau.
+ Douleur vive, difficulté ou impossibilité de bouger, gonflement ou déformation. |
| Causes | → Coup
→ Chute
→ Faux mouvement |
| Risques | → complications neurologiques
→ complications respiratoires
→ complications circulatoires |

Système nerveux cérébro-spinal



NE BOUGEZ PAS !



- Maintien tête



- Evacuation coquille

MALAISE

Sensation pénible traduisant un trouble du fonctionnement de l'organisme, sans pouvoir en identifier obligatoirement l'origine.

Cette sensation, parfois répétitive, peut être fugace ou durable, de survenue brutale ou progressive.

La victime, consciente, ne se sent pas bien et présente des signes inhabituels.



– Un accident vasculaire cérébral (AVC):

- Faiblesse ou paralysie d'un bras
- Déformation de la face
- Perte de vision d'un œil ou des deux
- Difficulté de langage ou de compréhension
- Mal de tête sévère, inhabituel
- Perte d'équilibre, instabilité de la marche ou chute inexplicable

– Un accident cardiaque:

- douleur dans la poitrine;
diffuse dans le bras gauche;



5 questions tel 15

– Un autre type de malaise:

- Douleur abdominale intense
- Difficulté à parler ou à respirer
- Sensation de froid et présente des sueurs abondantes ou une pâleur.

5 questions tel 15

AVC : les signes qui doivent alerter

Un moyen mnémotechnique pour aider :

V isage paralysé

I nertie d'un membre

T rouble de la parole

En urgence

Appeler le 15 si vous remarquez un de ces symptômes au moins



EXEMPLE

D'UN INFARCTUS CÉRÉBRAL (80 % des AVC)

Artère
Plaque d'athérome (grasse)
Caillot
Flux sanguin
Sang bloqué

Un dépôt de graisse bloque le sang qui ne peut plus irriguer le cerveau.

LP/INFOGRAPHIE

Cas particuliers:

- Malaises provoqués par la chaleur:
refroidir (endroit frais, bien aéré, ventilateur, asperger d'eau froide, glace sous les aisselles ou au niveau de l'aine ou du cou). Faire boire de l'eau par petites quantités.
- Malaises vagaux: si la victime déclare faire régulièrement des malaises vagaux:

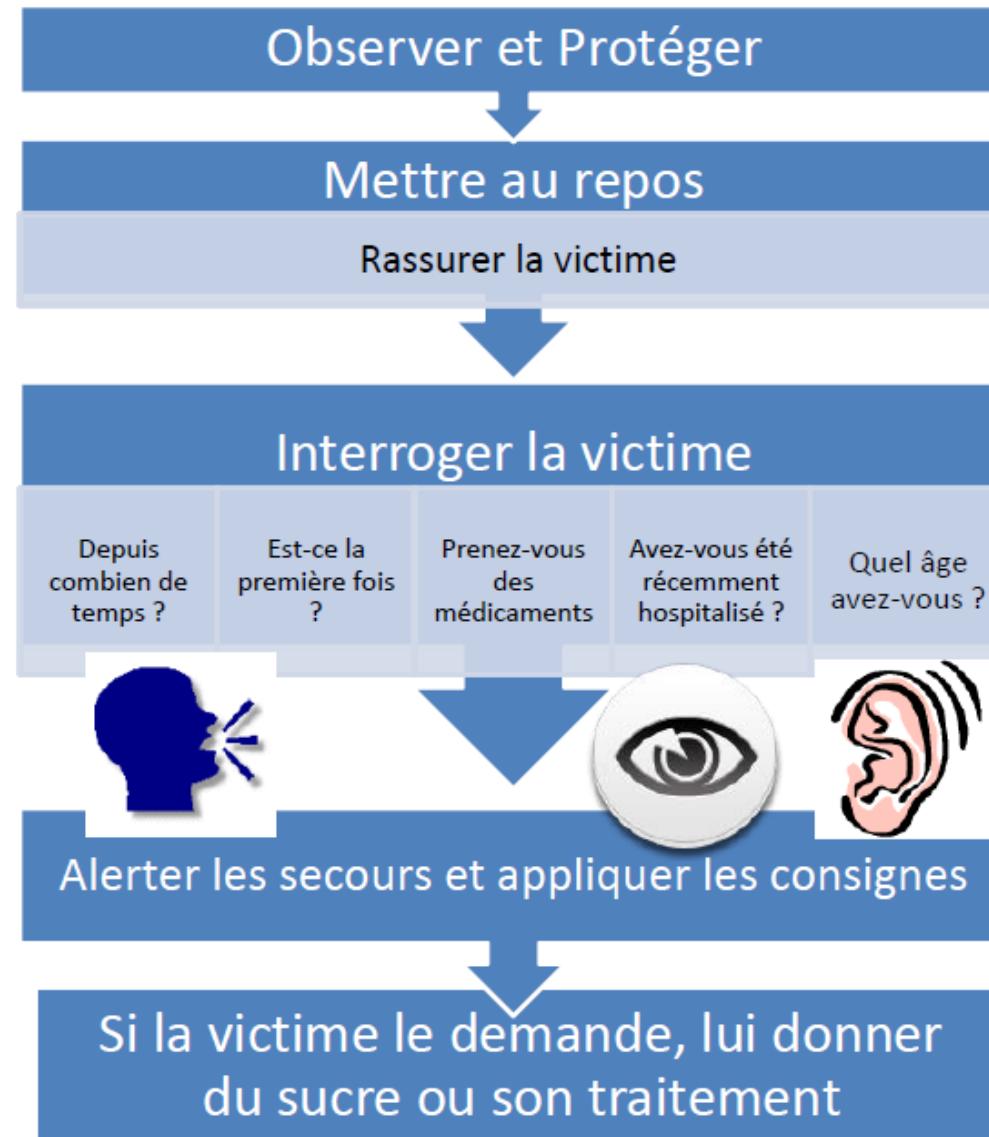
Allonger la victime

Accroupissement si la victime ne peut pas s'allonger

Crocheter les doigts et tirer, croiser les jambes et serrer.

5 questions tel 15

Synthèse



PERTE de Connaissance



Situation

PERTE
de connaissance



Résultats à atteindre

PERTE
de connaissance



RISQUES → Détresse vitale !



Libérer les voies aériennes

Une personne qui a perdu connaissance, laissée sur le dos, est toujours exposée à des difficultés respiratoires, du fait de l'encombrement ou de l'obstruction des voies aériennes par:

- _des liquides présents dans la gorge (salive, sang)
- _la chute de la langue en arrière



Libération des voies aériennes

PERTE
de connaissance



- ✓ Le menton est élevé
- ✓ La tête est maintenue dans cette position



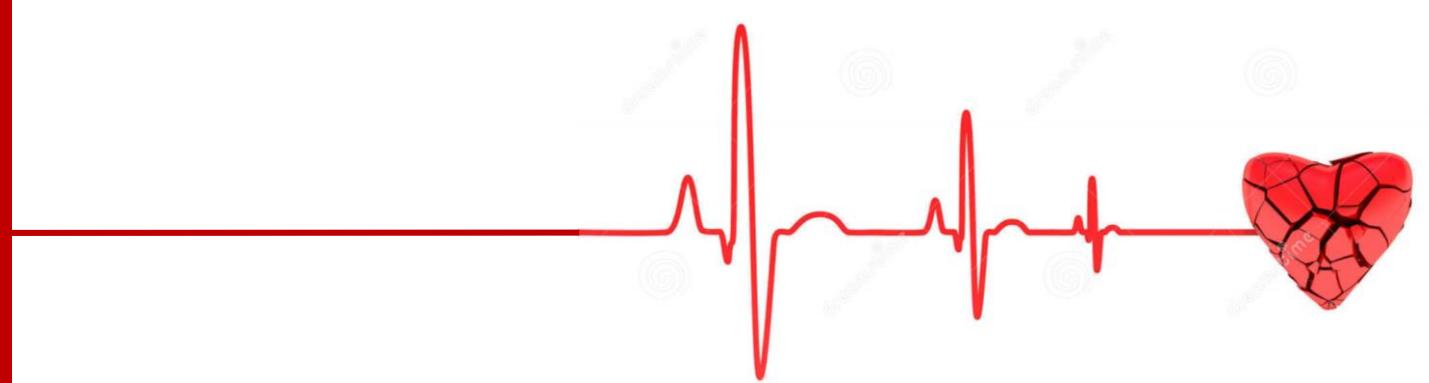
Mise en position latéral de sécurité - PLS

PERTE
de connaissance



-  Limiter au maximum les mouvements de la colonne vertébrale
-  N'occasionner aucune pression sur la poitrine
-  Aboutir à une position stable, la plus latérale possible
-  Permettre l'écoulement des liquides vers l'extérieur (bouche ouverte)

ARRÊT Cardiaque



Causes

ARRET Cardiaque

EXEMPLES :

TRAUMATIQUES : CRÂNE, RACHIS, THORAX

TOXIQUES :



INHALATION FUMÉE

NOYADE :



Fibrillation ventriculaire

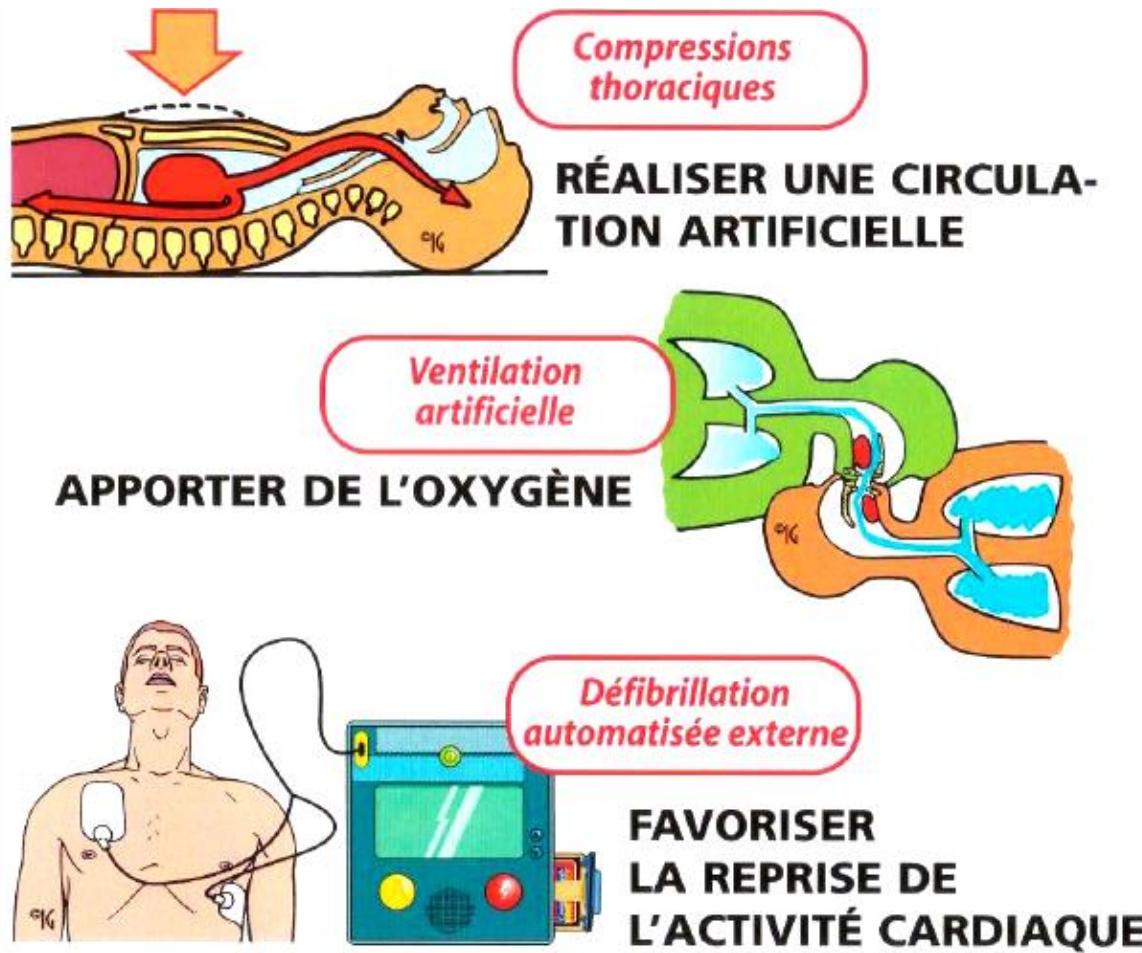


ÉLECTRICITÉ :

ÉVOLUTION D'UNE OBSTRUCTION BRUTALE DES VOIES AÉRIENNES

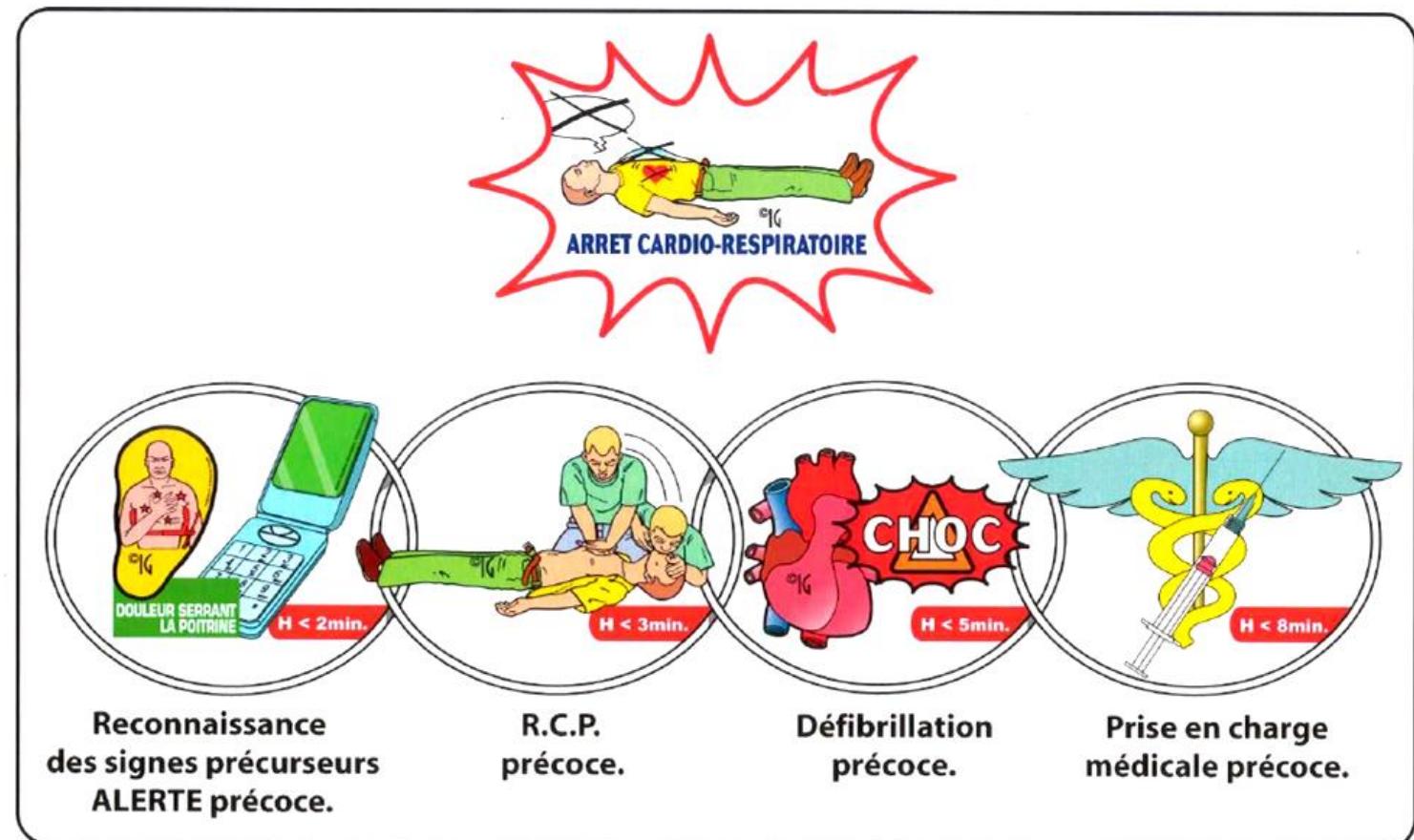
Résultat attendu

ARRET Cardiaque



Chaîne de survie

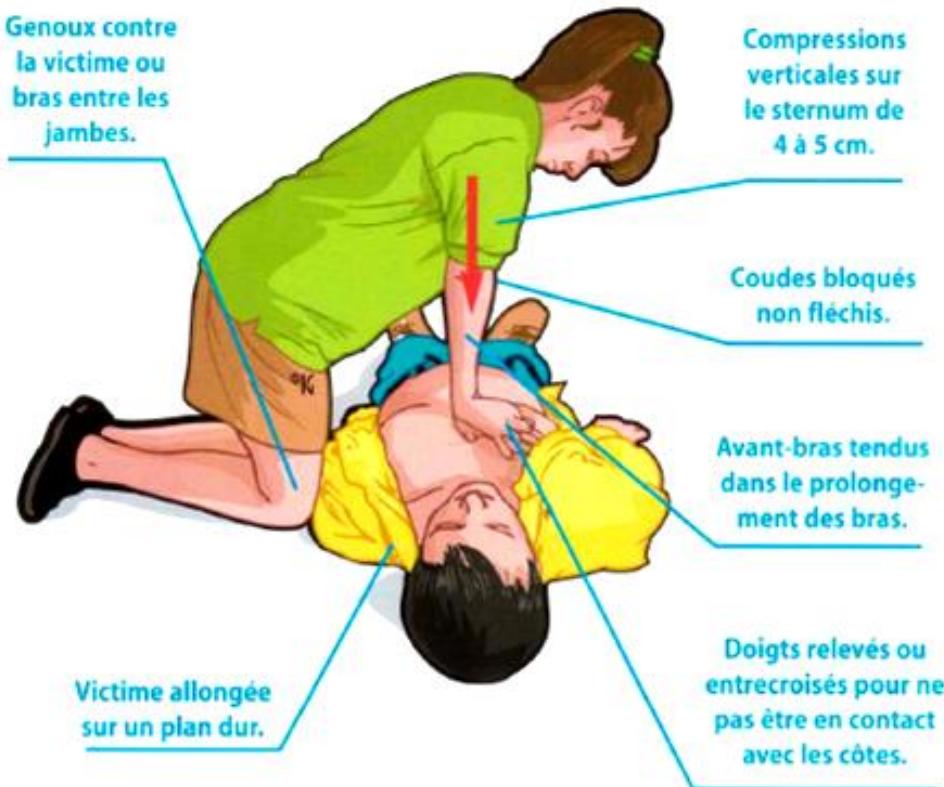
ARRET Cardiaque



Compressions THORACIQUES

pour oxygénier les organes

ARRET Cardiaque

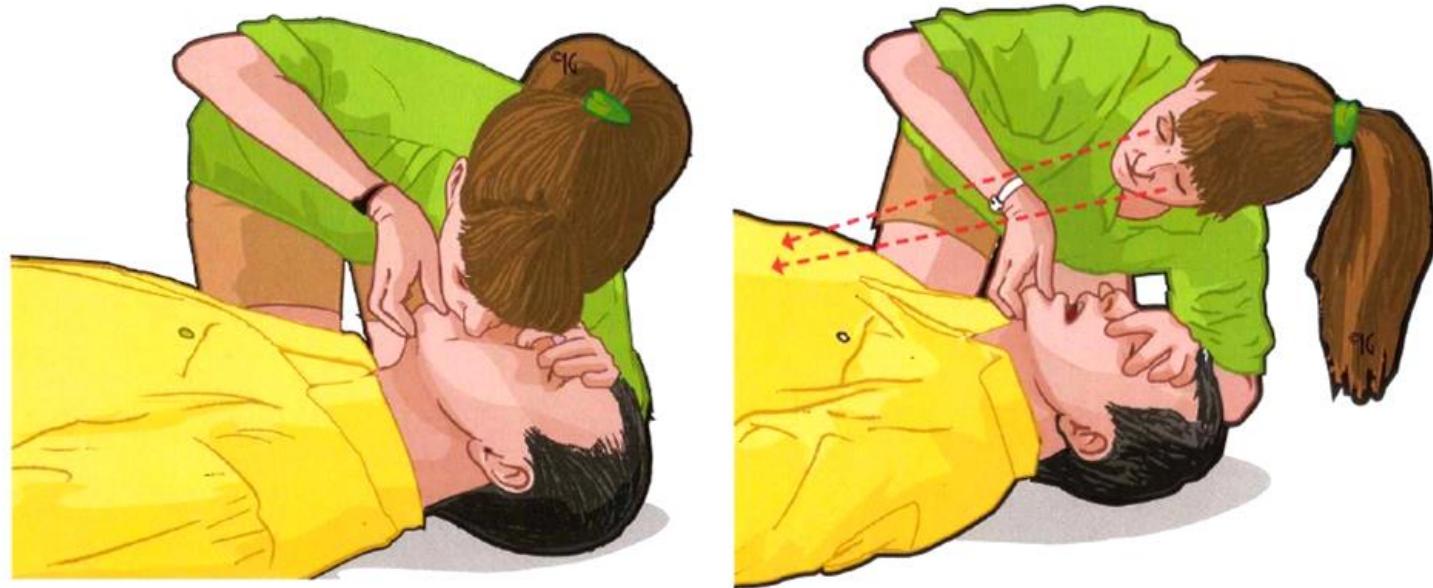


- ✓ **comprimer fortement le sternum**
- ✓ **avoir une fréquence comprise entre 100 et 120 compressions par min.**

DEUX insufflations

pour apporter de l'air aux poumons

ARRET Cardiaque



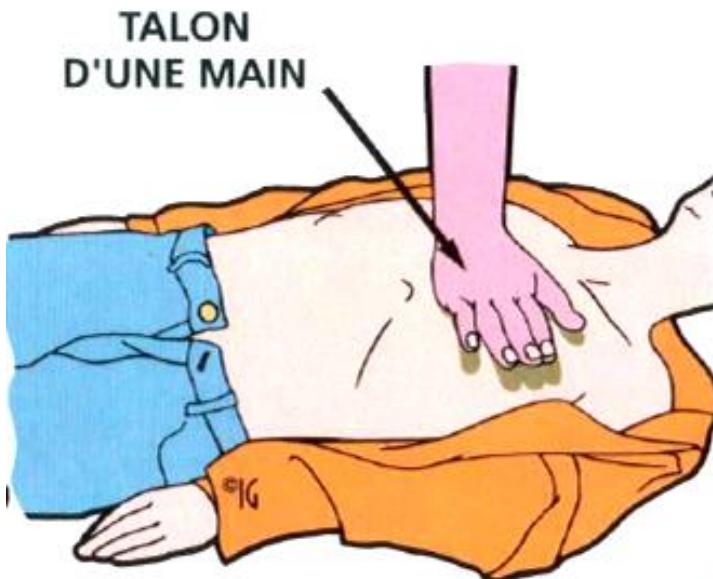
2 Insufflations :

- ✓ lentes et progressives
- ✓ cesser dès le début de soulèvement de la poitrine
- ✓ réalisées en 5 secondes maxi

Compressions THORACIQUES

ARRET Cardiaque

ENFANT (1 à 8 ans)



NOURRISSON (<1 an)

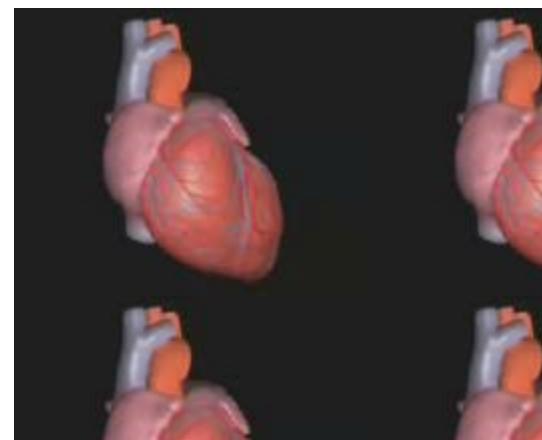
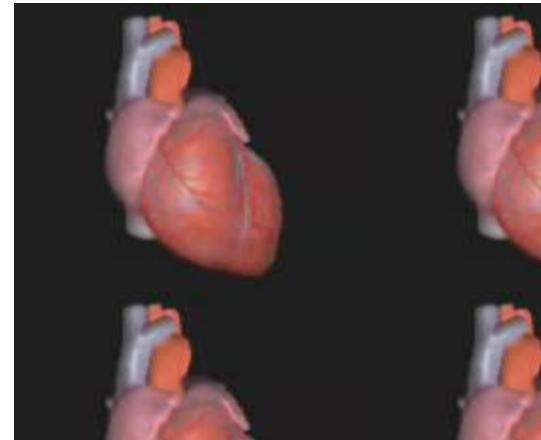
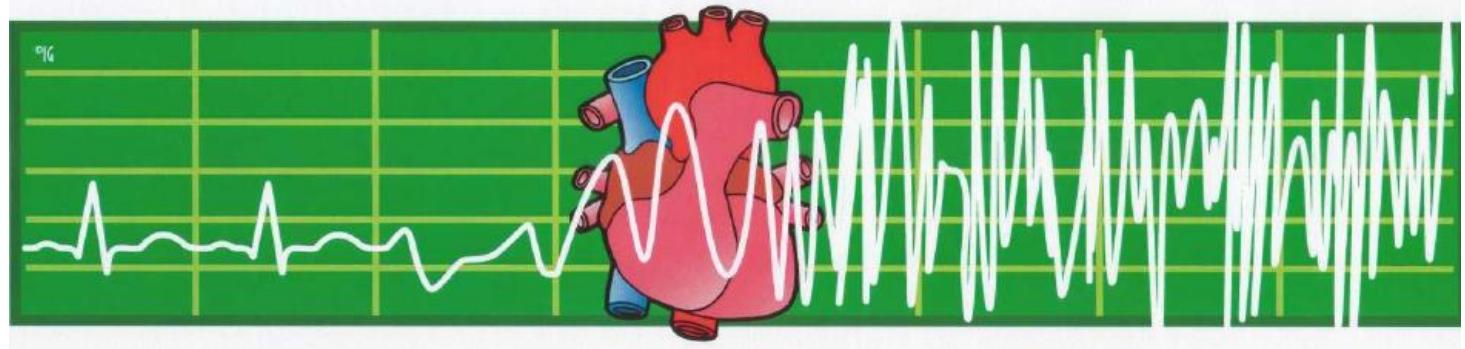


Définition

ARRET Cardiaque

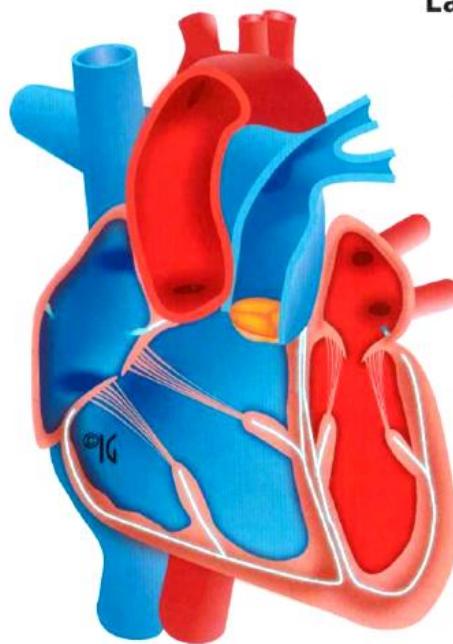
<https://www.youtube.com/watch?v=wDFCzRMpzz8>

Fonctionnement anarchique du cœur.



Mise en œuvre du DEFIBRILATEUR

ARRET Cardiaque



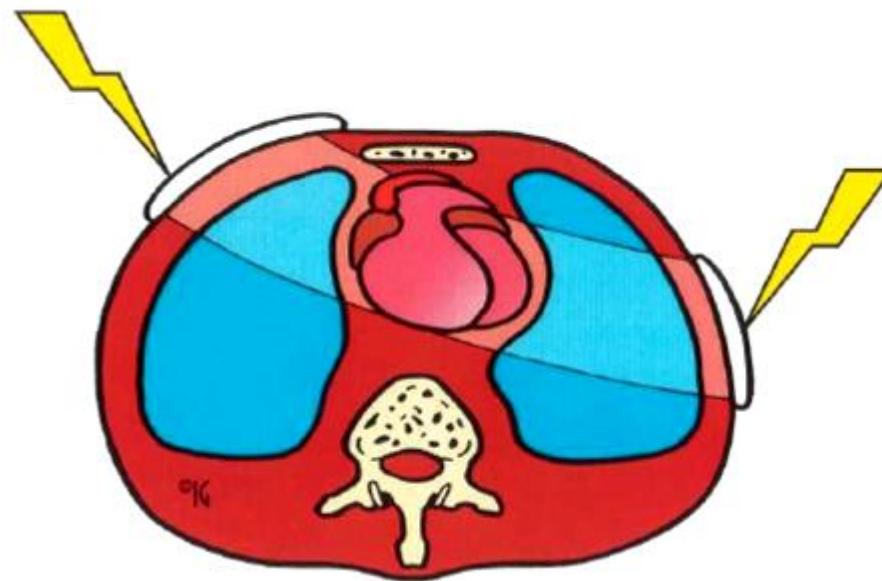
La défibrillation consiste à délivrer un choc électrique à travers la paroi du cœur pour l'arrêter momentanément et lui permettre de redémarrer spontanément avec un battement régulier.



- ✓ Être la plus précoce possible
- ✓ Interrompre le moins possible la pratique des compressions thoraciques

Mise en œuvre du DEFIBRILATEUR

ARRET Cardiaque



**Le CHOC ELECTRIQUE traverse
l'ensemble des cavités du cœur.**

DAE - Précautions

ARRET Cardiaque



Pas de milieu humide



Pas de support conducteur

**ATTENTION ! Ne pas être en contact avec la victime
lors de l'analyse et du choc.**

BRAVO !

PSC 1



Vous êtes capables de porter secours !