

the
powerof
humanity



GUIDE DE PREMIERS SECOURS ESSENTIEL

Votre

Guide de premiers secours

| | |
|---|----|
| Gestes de base | 3 |
| Morsure de serpent | 9 |
| Piqûre d'araignée | 12 |
| Piqûre de méduse..... | 13 |
| Piqûre de tique morsure de tique..... | 17 |
| Crise d'asthme | 19 |
| Apprendre les premiers secours avec la Croix-Rouge..... | 21 |

Numéros utiles



Ambulance
000



Poisons
13 11 26



Trousses de premiers secours et formations
1800 733 276

Gestes de base essentiels de premiers secours



Soins de base immédiats

- D** Évaluer le **danger** immédiat
- R** Vérifier que la personne est **consciente**
- S** **Demander** de l'aide - **appeler le 000**
- A** A ouvrir les **voies respiratoires**
- B** Vérifier si la **respiration** est normale.
- C** Commencer **la réanimation RCR**
(30 compressions thoraciques : 2 insufflations)
- D** attacher le défibrillateur



Saignement (en cas de saignement grave)



Appeler le 000

- 1 Exercer autant de pression que possible sur la plaie.
- 2 Allonger la personne et la garder au repos. **(traiter pour le choc si nécessaire).**
- 3 Continuer à maintenir la pression.



Brûlures et échaudures

- 1 Maintenir la zone atteinte sous de l'eau courante froide pendant au moins 20 minutes.
- 2 Si la brûlure est de grande ampleur ou dans une zone sensible, demandez de l'aide médicale ou **appeler le 000.**

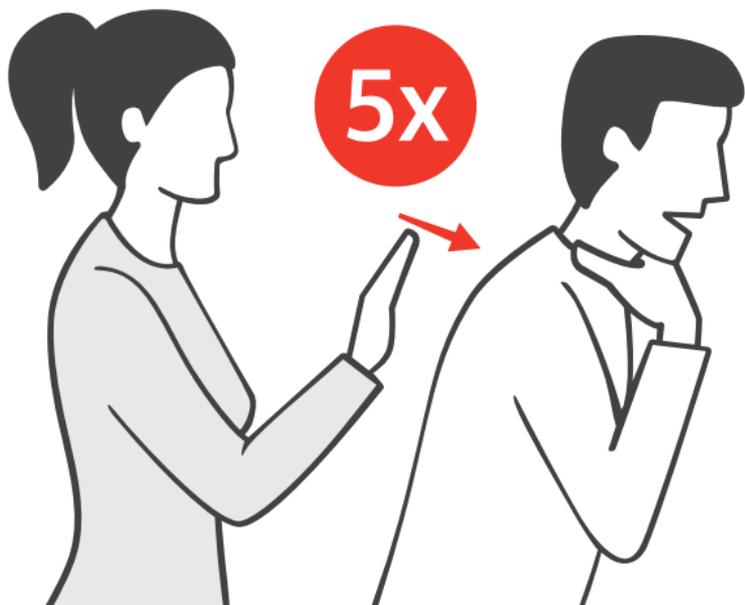


Étouffement (obstruction totale)

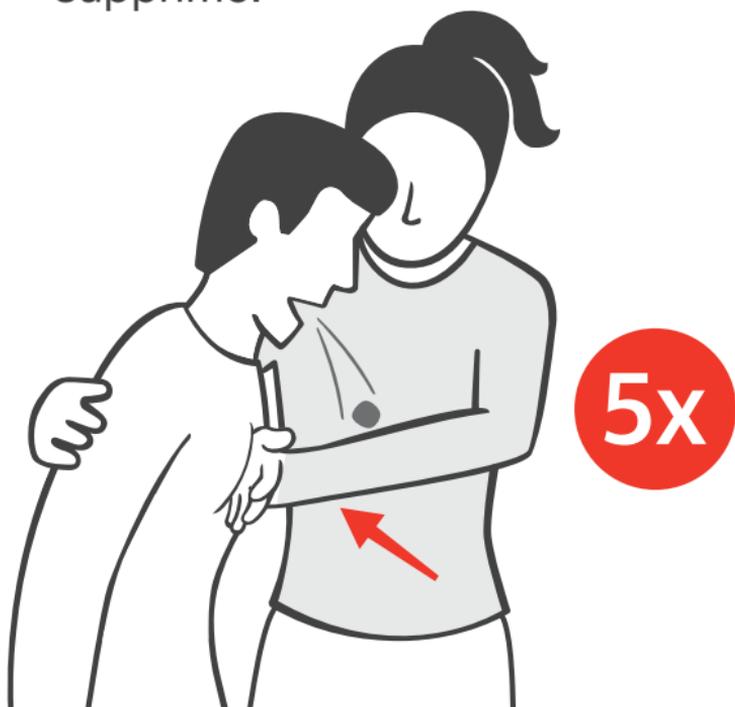


Appeler le **000**.

- 1 Administrer jusqu'à **5 coups dans le dos** en utilisant le talon d'une main, entre les omoplates de la personne .



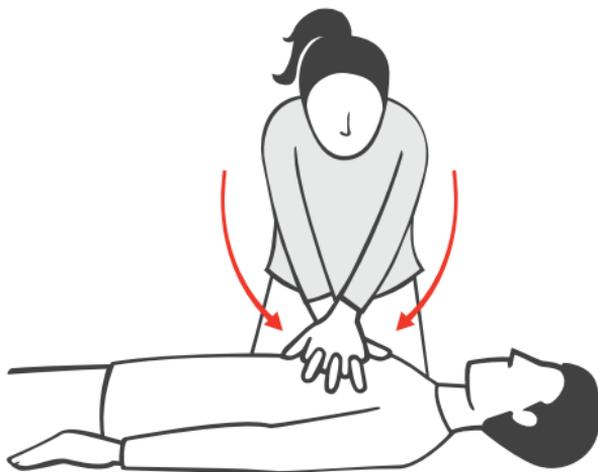
- 2 En cas d'échec, effectuer jusqu'à 5 poussées thoraciques en poussant le talon de la main dans la partie inférieure du sternum – s'assurer que le dos est soutenu pendant une poussée. Vérifiez après chaque poussée pour voir si le blocage est supprimé.



- 3 Si l'obstruction n'est pas soulagée, continuer en alternant 5 coups sur le dos et 5 compressions thoraciques.



- 4 Si la personne est inconsciente, commencer la **réanimation cardio-respiratoire** (RCP).





Choc

- 1 Rassurer la personne.



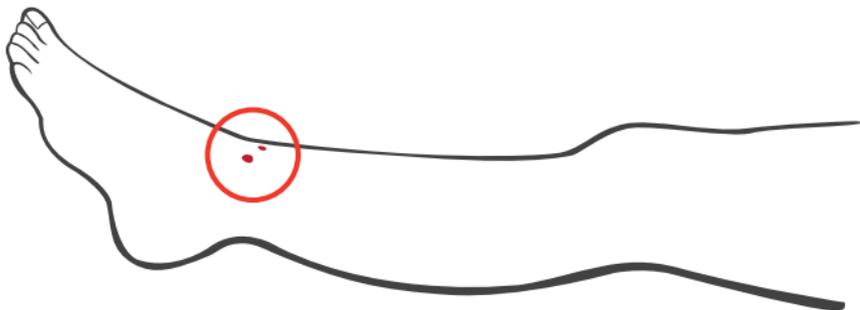
- 2 Allonger la personne et maintenir sa température corporelle constante. Ne pas leur permettre de manger ou boire





Morsure de serpent

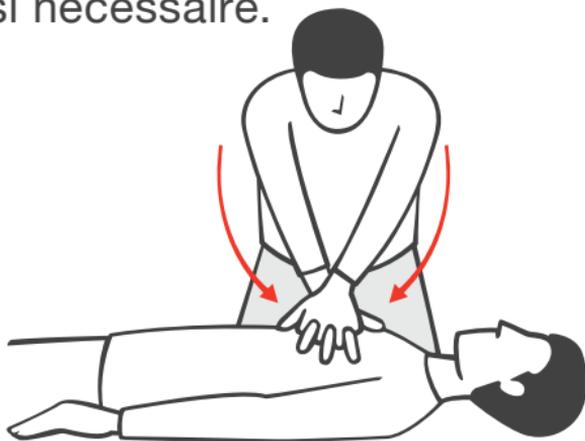
- 1 Maintenir la personne au repos, rassurée et sous observation .



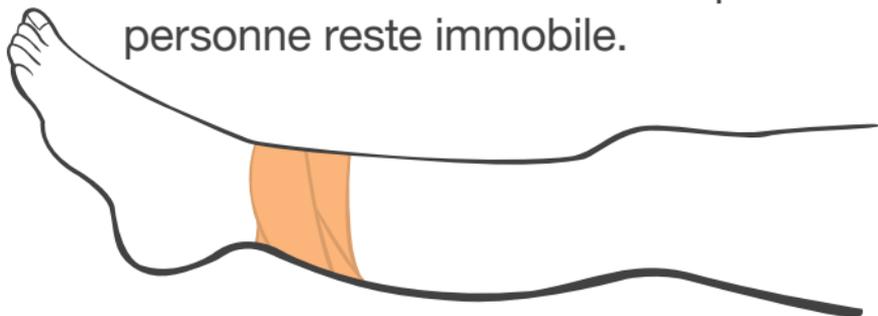
- 2 **Composer le 000.**



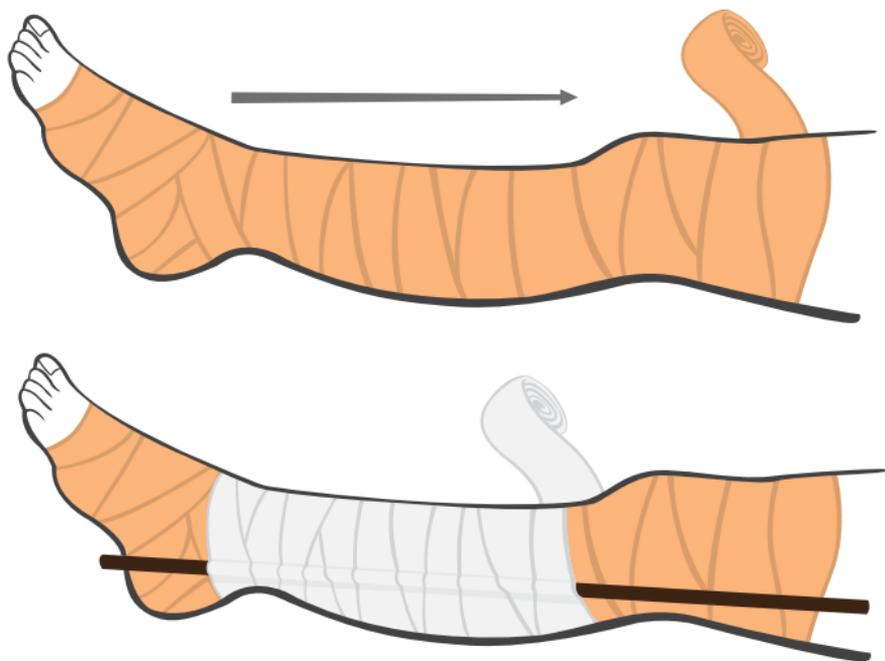
- 3 Commencer la **réanimation cardio-respiratoire (RCP)** si nécessaire.



- 4 En cas de morsure sur un membre, appliquer un bandage serré sur le site de la morsure. S'assurer que le membre est immobilisé et que la personne reste immobile.



- 5 Commencer le pansement depuis l'extrémité du membre vers le haut, en remontant vers le cœur et en couvrant autant du membre que possible. Si possible, appliquer une attelle pour maintenir le membre immobilisé.



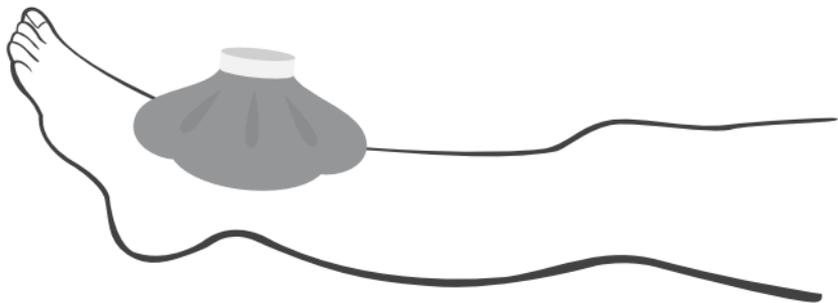
- 6 Maintenir la personne immobile jusqu'à l'arrivée de l'ambulance.



Piqûre d'araignée

- 1 Les piqûres d'araignées très venimeuses, comme celles de la *Sydney funnel-web spider* (*Atrax robustus*) devraient être traitées de la même manière qu'une **MORSURE DE SERPENT.**

- 2 Les piqûres d'autres types d'araignées doivent être traitées avec une compresse froide et des soins médicaux immédiats. **Ne pas appliquer de glace directement sur la peau non protégée.**





Piqûre de méduse

1

Les premiers secours dépendent du type de méduse. En cas de signes de détresse respiratoire, **appeler le 000**



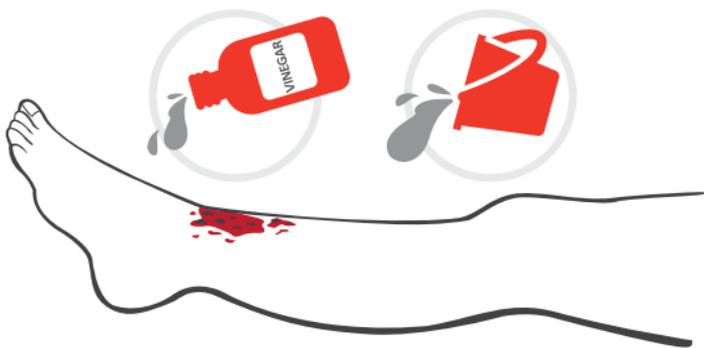
2

Pour les méduses très venimeuses, comme la box jellyfish (méduse-boîte) : **Appeler le 000** et verser du vinaigre sur la zone affectée. Utiliser de l'eau de mer pour retirer les tentacules.

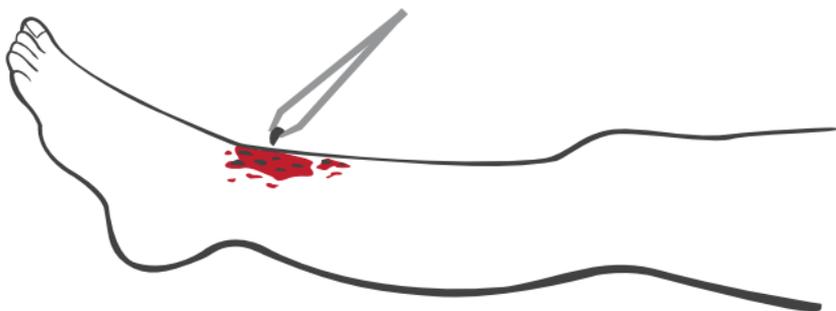
En cas de piqûre par une bluebottle (Galère portugaise), **voir ci-dessous**.

3

Pour gérer la douleur, verser de l'eau chaude sur la zone. L'eau ne devrait pas être plus chaude que vous ne pouvez pas supporter.

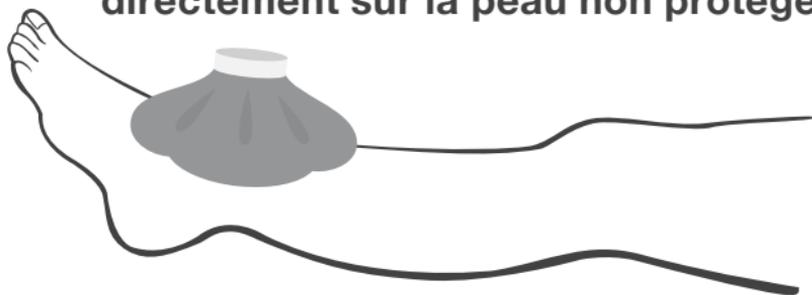


- 4 Retirer les tentacules restantes.



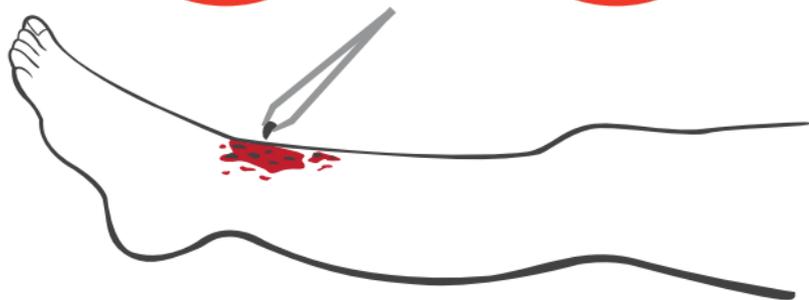
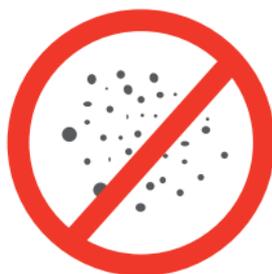
- 5 Appliquer une compresse froide pour soulager la douleur si de l'eau chaude n'est pas disponible.

Ne pas appliquer de la glace directement sur la peau non protégée.



- 6 Observer les signes de détresse et commencer **la réanimation cardio-respiratoire** (RCR) si nécessaire.

- 7 Pour les piqûres de méduses comme les Mouches bleues (*bluebottle* Galère portugaise) : retirer les tentacules, mais ne pas frotter avec une serviette et ne pas mettre de sable sur la plaie.



- 8 Rincer à l'eau de mer (et non à l'eau douce). Verser de l'eau chaude sur la zone piquée.

La température de l'eau ne devrait pas être chaude que vous ne pouvez pas supporter.

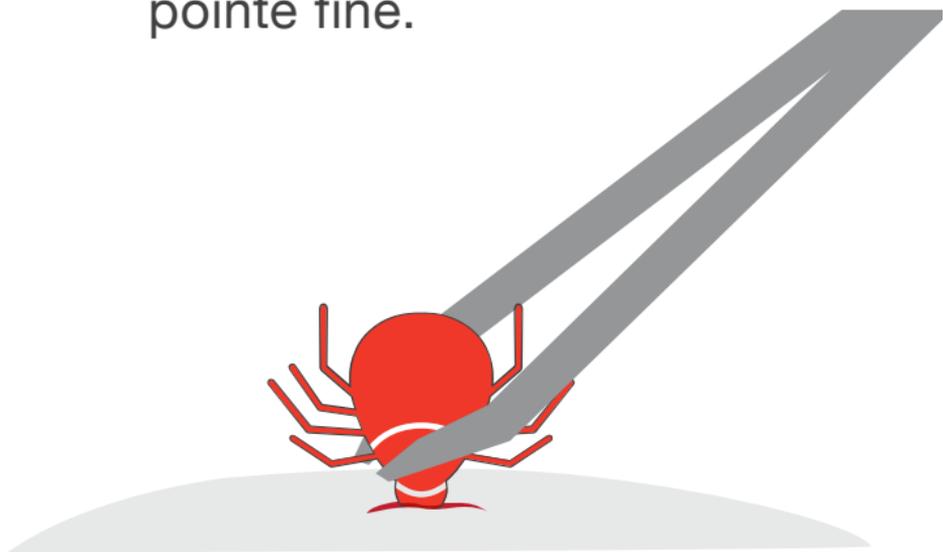


- 9 Consulter un médecin.

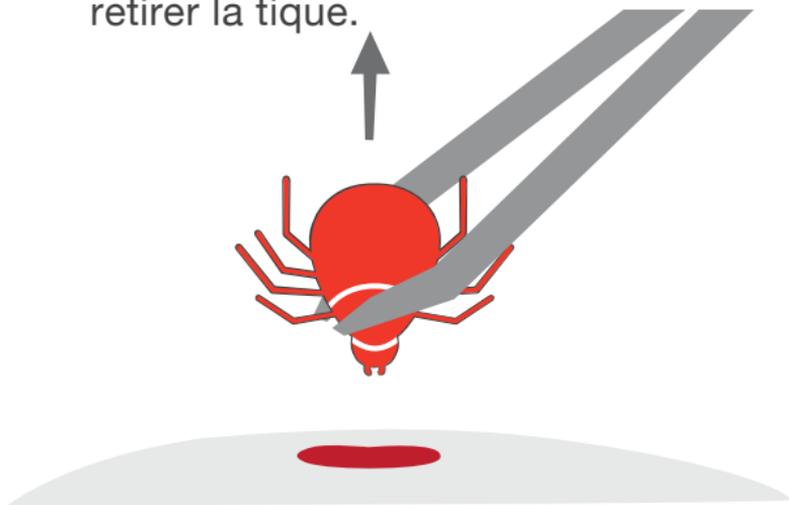


Piqûre de tique

- 1 Saisir la tique le plus près possible de la peau à l'aide d'une petite pince à épiler à pointe fine.



- 2 Tirer doucement vers le haut et retirer la tique.



- 3 Rincer la zone avec une solution saline ou de l'eau propre.





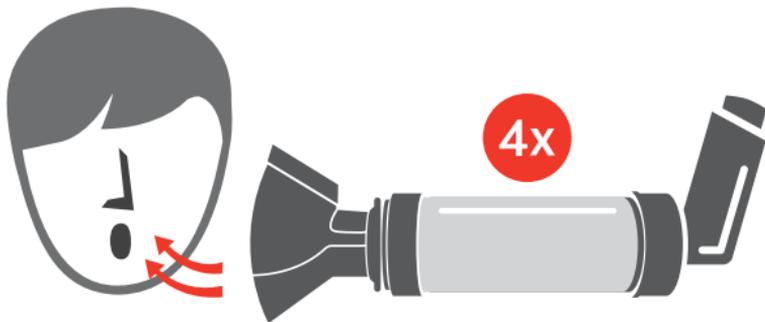
Crise d'Asthme

1 Asseoir la personne confortablement et le dos bien droit.

2 Rassurer et calmer la personne



3 Suivre le plan de traitement de l'asthme de la personne ou l'aider à prendre une bouffée de médicament de crise à l'aide d'un écarteur (si disponible), puis 4 respirations à travers l'écarteur. La personne répète cette action 4 fois de suite, puis toutes les 4 minutes si aucune amélioration n'est constatée.



4

Si la crise est grave ou si aucun médicament de soulagement

n'est disponible, appeler le 000.



Suivre une formation aux premiers secours avec la **Croix-Rouge**

En tant que l'un des premiers fournisseurs mondiaux de formation aux premiers secours, la Croix-Rouge s'engage à améliorer la santé, la sécurité et le bien-être de la communauté.

La Croix-Rouge propose des formations aux premiers secours et aux premiers secours spécialisés, ainsi que des formations aux premiers secours en santé mentale pour les particuliers, les clubs, les écoles et les groupes d'entreprises qui en font la demande.

Pour en savoir plus, vous inscrire à une formation ou acheter un produit de premiers secours :

<https://www.redcross.org.au/get-involved/learn/first-aid> or
appelez-nous au **1300 367 428**

Les revenus générés par les activités de formation de la Croix-Rouge soutiennent notre travail humanitaire aux niveaux local, national et international.

Ce guide a été élaboré à des fins éducatives et rien dans le présent guide ne constitue un avis médical ou ne remplace une demande d'assistance médicale ou d'urgence. Les informations contenues dans ce guide ne doivent pas être considérées comme une alternative aux conseils médicaux de votre médecin. Vous ne devriez jamais retarder la consultation d'un médecin, ignorer un avis médical ou interrompre un traitement médical en raison des renseignements contenus dans ce guide. Pour toute question concernant la pertinence ou l'utilisation des renseignements fournis dans ce guide, consulter votre médecin. Les informations fournies dans ce guide sont fournies de bonne foi, mais sans garantie expresse ou implicite. Dans la mesure permise par la loi, la Croix-Rouge australienne n'accepte aucune responsabilité pour toute blessure ou dommage, y compris, sans s'y limiter, les dommages indirects, consécutifs ou tout dommage lié à ou découlant de l'utilisation du guide, que ce soit par contrat ou par négligence.