

Ces services sont interconnectés.
L'appel à tous ces numéros est gratuit.

APPRENDRE À PORTER SECOURS (A.P.S.)

Programme pédagogique pour l'enseignement des gestes de premiers secours dans les écoles primaires

LIVRET ELEVE - CYCLE 3

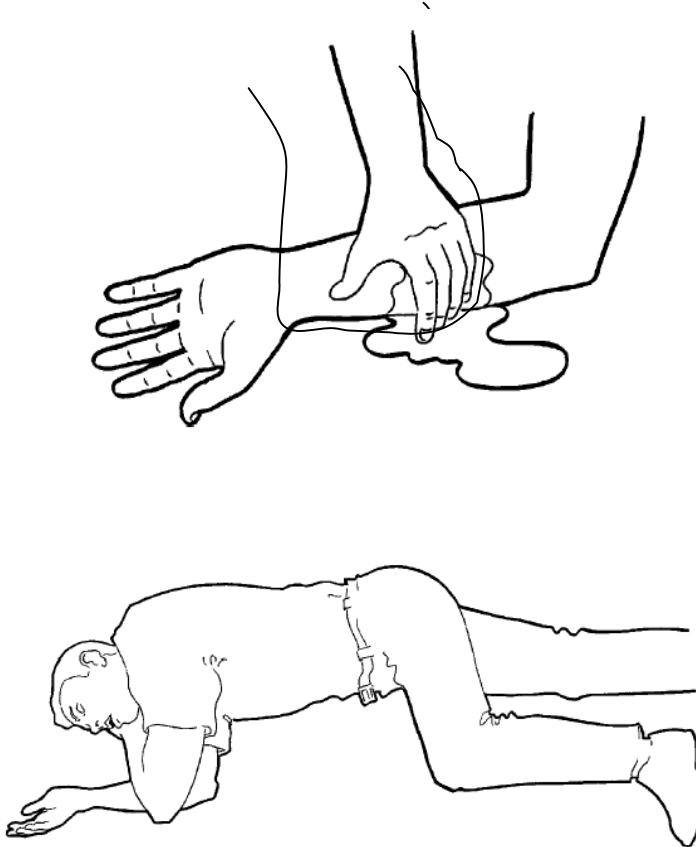


APPRENDRE À PORTER SECOURS

Les gestes de premiers secours appris

Une fois que j'ai protégé pour agir en toute sécurité, je vais pouvoir réaliser les gestes de premiers secours que je viens d'apprendre comme :

La compression manuelle directe, si la victime saigne abondamment. (exemple à l'avant-bras ici).



Je ne connais pas tous les gestes de premiers secours qui existent. Je les apprendrai plus tard, au collège par exemple.

Dans certaines situations que je n'ai pas rencontrées, je ne connaîtrai pas le geste adapté, mais je pourrai **protéger et alerter**, ce qui est déjà très important !

La mise sur le côté si la victime est inconsciente et respire.



Le refroidissement d'une brûlure simple ou grave si la victime s'est brûlée.

APPRENDRE À PORTER SECOURS

PROTEGER



Je vois une situation anormale

Je ne me précipite pas

1. Je réfléchis et je regarde

Y A-T-IL UN DANGER ?

- oui ou non ?

Pour qui ?

- moi ?
- la victime ?
- les autres ?

2. Puis-je le contrôler ?

- oui ou non ?
- avec qui ?
- avec quoi ?

3. J'agis

• danger contrôlable :

- je supprime le danger.

• danger non contrôlable :

- je délimite la zone de danger,
- je dégage d'urgence si possible,
- j'alerte les secours.

4. Pour éviter le sur accident il faut :

- se protéger soi-même,
- protéger les victimes,
- protéger les tiers.

APPRENDRE À PORTER SECOURS

LE MESSAGE D'ALERTE

Donner l'alerte, ou faire donner l'alerte **le plus tôt possible et de façon précise**, est très **important** pour que les secours puissent intervenir rapidement auprès de la victime.

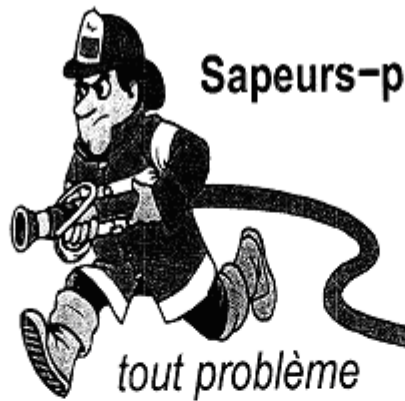
Je téléphone aux secours en restant calme.

15 : SAMU

Si je dois rester auprès de la victime pour pratiquer les premiers gestes de secours, j'envoie un témoin téléphoner à ma place en lui indiquant le **message à transmettre.**

Que dire ?

- ☞ **Je donne** mon nom et mon prénom ainsi que le n° de téléphone d'où j'appelle.
- ☞ **J'indique** le lieu précis de l'accident.
- ☞ **Je décris** ce qui s'est passé.
- ☞ **Je réponds** aux questions posées.
- ☞ **J'attends** que l'on me dise de raccrocher.
- ☞ **J'écoute, j'applique** les consignes données.



Sapeurs-pompiers :

*tout problème
de secours*

18

Police-Gendarmerie :



*tout problème
de sécurité
ou d'ordre public*

112

Français à l'étranger
Etrangers en France

17

15

SAMU :



*Tout problème urgent
de santé
(secours médicalisé)*

Ces services sont interconnectés.

L'appel à tous ces numéros est gratuit.

APPRENDRE À PORTER SECOURS

APPRÉCIATION DE LA CONSCIENCE



Après m'être assuré qu'il n'y a plus de danger, je m'approche de la victime.

IL EXISTE TROIS FONCTIONS VITALES :

- la fonction neurologique : le cerveau,
- la fonction respiratoire : les poumons,
- la fonction circulatoire : le cœur.

Il existe une interdépendance entre les 3 fonctions vitales ; ce sont les fonctionnements de ces 3 organes vitaux que l'on va contrôler dans le bilan.

Une personne couchée sur le dos, qui ne semble ni bouger ni répondre, court un danger vital. Il faut donc **contrôler** ses fonctions vitales.

En premier : **C'EST LA CONSCIENCE.**

COMMENT ?

- en lui prenant la main,
- en posant des questions simples : répondez-moi, ouvrez les yeux, serrez-moi la main.

SI ELLE NE RÉAGIT PAS ET NE RÉPOND PAS,

ELLE EST INCONSCIENTE.

J'ALERTE IMMÉDIATEMENT.

APPRENDRE À PORTER SECOURS

LA LIBÉRATION DES VOIES AÉRIENNES

La personne est **INCONSCIENTE**.

Cette personne court un danger, car sa position et son état entraînent la chute de la langue en arrière ; elle risque donc de s'étouffer par les écoulements des liquides présents dans la bouche.

Je dois :

- desserrer tout ce qui gêne sa respiration, ceinture, cravate, col, foulard,
- basculer la tête, délicatement, en arrière, tout en élevant le menton,
- ouvrir la bouche,
- regarder dans la bouche s'il n'y a pas un corps étranger **visible**,
- retirer ce corps étranger s'il existe.



LE CONTRÔLE DE LA RESPIRATION

Lorsque j'ai libéré les voies aériennes, je dois contrôler sa **RESPIRATION**, deuxième fonction vitale à contrôler après la conscience.

COMMENT ?

Je me penche sur le visage de la victime tout en tenant toujours la tête en arrière :

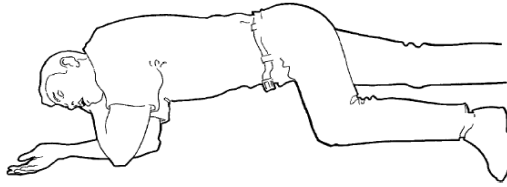
- j'écoute les bruits de la respiration,
- je sens son souffle avec ma joue,
- je regarde le soulèvement du ventre et de la poitrine.

Je fais tout cela pendant 10 secondes au plus.

SI JE PERÇOIS CES SIGNES, LA VICTIME RESPIRE.

APPRENDRE À PORTER SECOURS

LA MISE SUR LE CÔTÉ



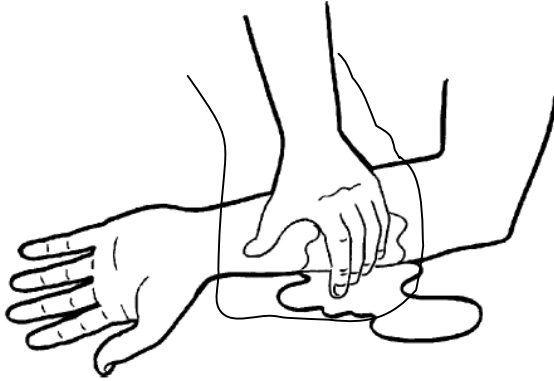
Je suis en présence d'une personne qui est **INCONSCIENTE** et qui **RESPIRE**, je dois donc la **mettre sur le côté**.

- J'enlève les lunettes.
- Je rapproche les pieds côte à côte si nécessaire.
- Je me mets à genoux à côté du thorax de la personne.
- Je tourne la personne vers moi en l'installant sur le côté avec une main sous la joue.
- Je stabilise la position en mettant la jambe à angle droit.
- J'ouvre la bouche en évitant de bouger sa tête.
- Je couvre et je surveille.
- J'alerte.

APPRENDRE À PORTER SECOURS

LES SAIGNEMENTS ABONDANTS

On appelle saignement abondant ou hémorragie un saignement qui imbibé de sang un mouchoir en quelques secondes et ne s'arrête pas spontanément.



Il existe d'autres gestes que j'apprendrai plus tard.

J'agis

1. S'il n'y a rien dans la plaie, j'appuie sur la plaie avec la main (dans un sac plastique ou avec des gants) , jusqu'à l'arrivée des secours.
2. J'allonge la victime en continuant d'appuyer sur la plaie.
3. Si je suis seul, j'appelle à l'aide pour qu'une personne arrive et puisse appeler les services de secours.
4. Je couvre la victime ou je fais couvrir la victime par une autre personne.
5. Je réconforte la victime.
6. Une fois que les secours ont pris en charge la victime, je me laverai les mains.

LES SAIGNEMENTS PEU ABONDANTS

Un saignement dû à une écorchure ou une éraflure s'arrête spontanément.

J'agis

1. Je nettoie la plaie, **même minime**, avec de l'eau et du savon.
2. Je pense à demander à la victime si elle est vaccinée contre le tétanos, et si son vaccin est à jour.

LES SAIGNEMENTS DE NEZ

Le saignement est spontané ou provoqué par un choc minime sur le nez.

J'agis :

1. Je mets la victime assise, tête penchée en avant. Je ne l'allonge pas pour éviter qu'elle avale son sang.
2. Je lui demande de comprimer pendant 10 minutes avec son doigt la narine qui saigne.



Si je vois que le saignement de nez ne s'arrête pas ou se reproduit, **j'alerte**.

Attention :

Dans le cas d'un saignement de nez, survenant après une chute ou un coup plus violent à la tête ou au visage, j'alerte les secours et je surveille la conscience et la respiration.

APPRENDRE A PORTER SECOURS

LES BRÛLURES

1. Je protège

Je **supprime la cause** (flamme, appareils, liquides chauds, produit chimique...)

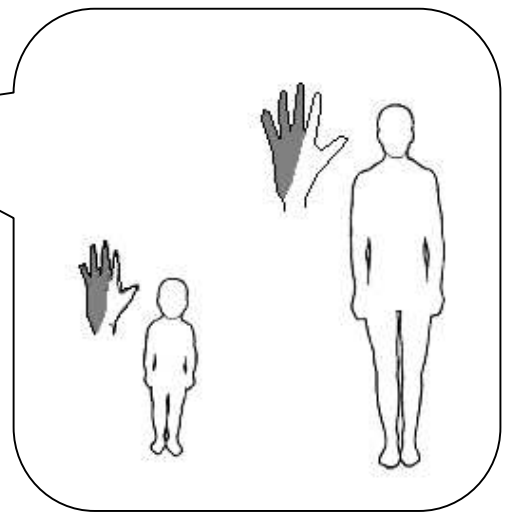
2. J'évalue la gravité de la brûlure.

A. Je sais reconnaître une brûlure simple :

- une simple rougeur,
- une cloque d'une surface inférieure à celle de la moitié de la paume de la main de la victime.

B. Je sais reconnaître une brûlure grave :

- une cloque unique ou plusieurs cloques d'une surface supérieure à la moitié de la paume de la main de la victime,
- un aspect noirâtre de la brûlure,
- une localisation particulière de la brûlure :
visage – mains – voisinage des orifices naturels - plis des articulations,
- une rougeur étendue de la peau chez l'enfant.



3. J'agis

- Je fais ruisseler doucement de l'eau froide sur la brûlure pendant 5 minutes. L'eau va refroidir la brûlure et soulager la douleur.

- J'allonge la victime.
- J'alerte.
- Je surveille la victime.



remarque :

Si les vêtements d'une victime sont enflammés, j'empêche la victime de courir, je la roule par terre ou je la fais rouler par terre et j'étouffe les flammes avec un vêtement ou une couverture.

**Garde précautionneusement ce livret,
il pourra t'être utile.**



Sapeurs-pompiers :

*tout problème
de secours*

18

Police-Gendarmerie :



*tout problème
de sécurité
ou d'ordre public*

112

Français à l'étranger
Etrangers en France

SAMU :



*Tout problème urgent
de santé
(secours médicalisé)*

17

15

Ces services sont interconnectés.

L'appel à tous ces numéros est gratuit.