

Initiation aux gestes premiers secours

Compte rendu de la séance du 10 mai 2022 La Tour de Salvagny

Animateurs : Gilles Arthaud pompier professionnel, B Roubinet

Participants TAC Cyclo : 20 p

Points à retenir :

Protéger, Alerter, Secourir : PAS

Protéger :

En cas d'accident, première des choses à faire :

Il faut **Protéger le blessé** pour éviter le sur- accident

Balisateur à plus de 50 m, une personne en amont une personne en aval

Alerter :

Prévenir les secours en faisant le **18** et non pas le 15

Secourir :

Une ou deux personnes, les autres s'écartent :

Plusieurs cas de gravité :

- ✓ Bobologie
- ✓ Fracture
 - Classique bras, clavicule
 - Grave fémur ...
- ✓ Traumatisme crânien suite chute lourde

Bobologie : Désinfecter, pansement...

Fracture Classique bras clavicule... : Aider la personne à bloquer son bras contre sa poitrine, ensuite on peut déplacer le blessé.

Fracture grave : Ne pas toucher, **surveiller le blessé respiration et circulation sanguine**

Traumatisme crânien : Signes vomissement, endormissement :

Ne pas enlever le casque, éventuellement tenir sa tête en position horizontale, en se mettant à genoux derrière le blessé

Surveiller circulation sanguine et respiration

Contact : comm@taccyclo.fr Retrouvez nous www.taccyclo.fr et notre page face book
<https://www.facebook.com/taccyclo69/?fref=ts>

Point Rencontre - 7, rue de l'Eglise - 69890 LA TOUR DE SALVAGNY - Tél. / Fax : 04 78 19 40 35
Association régie par la loi 1901 - Agrément ministériel n° 69-5-27

Personne inconsciente, si elle respire mettre en position latérale de sécurité (PLS) (voir vidéo)

Si elle ne respire pas procéder au bouche à bouche et massage cardiaque :

- 2 Insufflations
- 15 compressions thoraciques

Avant de faire le bouche à bouche il faut regarder dans la bouche qu'il n'y ait pas un dentier par exemple où un bonbon, un chewing-gum etc.....qui serait une gêne pour l'insufflation. On passe les doigts et on le retire.

Essayer de stimuler le blessé inconscient, appuyer sur les yeux, action sur la voute plantaire

Si le blessé est conscient et qu'il y a suspicion de fracture de vertèbre : Ne pas toucher !!

A retenir: Sauver **ce qui tue !!!**

Il faut en priorité traiter ce qui peut mettre en danger la vie du blessé

Si saignement abondant, utiliser un tissu (maillot...) et comprimer fortement pour le stopper. Pas de garrot, technique trop compliquée.

Notre animateur nous préconise de proposer un stage d'animateur à 2 ou 3 personnes du club qui seraient les référents pour transmettre tous ces recommandations à nos adhérents.

Par ailleurs quand un accident se produit, il est bon de se réunir et d'analyser les causes de l'accident (arbre des causes)

Vidéos réalisées, pendant la séance :

Position Latérale de Sécurité <https://youtu.be/oNb0P2fy03I>

Blessé inconscient : <https://youtu.be/PSZLFARn2QY>

Blocage tête : <https://youtu.be/OCVsLSEHmiw>

Conclusion :

Mots clés à retenir :

- ✓ Protéger Alerter Secourir : PAS
- ✓ Position Latérale de sécurité : PLS
- ✓ Balisage
- ✓ Surveiller Circulation sanguine, Respiration, Stimuler