

JOB AID

**FIRST
AID MEDICAL EMERGENCIES
COMBINED (FRENCH)**

Premiers soins - Urgences médicales: Chaud et froid

Les maladies liées à la chaleur

Les crampes de chaleur

Les crampes de chaleur se manifestent par des spasmes musculaires douloureux, souvent localisés dans les jambes et l'abdomen.

Pour traiter les crampes de chaleur :

- Amenez la victime dans un endroit frais
- Donnez de l'eau fraîche ou une boisson énergétique à la victime
- Ne donnez PAS de pastilles de sel ou d'eau salée
- Étirez doucement le muscle et massez délicatement la zone

L'épuisement

Les symptômes liés à l'épuisement peuvent inclure :

- Un état de faiblesse • Des vertiges
- Des nausées

Pour traiter l'épuisement :

- Une forte sudation
- Une peau froide, moite ou pâle • L'évanouissement

- Amenez la victime dans une atmosphère climatisée ou un endroit frais et encouragez-la à se reposer et à boire de l'eau fraîche ou une boisson non alcoolisée et décaféinée • Desserrez tout vêtement serré et éventez la victime
- Rafraîchissez la victime en appliquant des poches froides ou des serviettes ou vêtements mouillés
- Surveillez attentivement la personne car l'épuisement peut rapidement devenir une insolation
- Appeler le numéro local d'urgence

L'insolation

Les symptômes de l'insolation incluent :

- Une peau chaude, sèche sans sudation apparente
- Une température corporelle anormalement élevée, qui peut monter jusqu'à 41°C (105,8°F)
- Un état de confusion, un comportement irrationnel, une perte de conscience et des

convulsions

- Un pouls rapide, faible
- Une respiration rapide, superficielle

Appelez immédiatement le numéro local d'urgence, car la mort peut survenir si la température corporelle est trop forte

Cet outil de travail est destiné à vous fournir des informations supplémentaires relatives au didacticiel d'UL. © COPYRIGHT Underwriters Laboratories, Inc. Tous droits réservés.

Les maladies liées au froid

Les facteurs contribuant au développement d'une maladie liée au froid incluent :

Des températures inférieures à 4°C (40°F)

- Le temps d'exposition à la basse température
- La vitesse et la température du vent
- L'humidité (la quantité de vapeur d'eau dans l'atmosphère) •
- L'immersion dans de l'eau froide
- Les conditions médicales comme l'hypertension, le diabète et les maladies cardiovasculaires

L'hypothermie

Les premiers symptômes d'hypothermie incluent :

- Des tremblements incontrôlés
- Une peau froide ou pâle
- Un mauvais jugement

Afin de traiter l'hypothermie :

- Un regard vitreux
- Une apathie

Les premiers symptômes d'hypothermie

incluent : • Des raideurs

- Un pouls faible
- Une respiration superficielle
- Une somnolence
- Un état de faiblesse • Une perte de conscience

- Amenez la victime dans un endroit chaud, sec (à l'intérieur de préférence) •

Réchauffez doucement la victime, en commençant par la poitrine et le torse (un réchauffement trop rapide peut entraîner des problèmes cardiaques)

- Utilisez des couvertures chaudes, des bouteilles d'eau chaude, la température corporelle ou tout autre source de chaleur pour réchauffer la victime
 - **N'IMMERGEZ PAS** la victime dans de l'eau chaude (cela peut entraîner des problèmes cardiaques)

- Si la victime est inconsciente :
 - Trouvez des signes de circulation sanguine et de respiration
 - Tenez-vous prêt(e) à pratiquer une RCP
- Appelez le numéro local d'urgence

Les engelures

Les symptômes des engelures incluent :

- Une peau pâle, blanchâtre ou bleue qui se durcit
- Une douleur ou des démangeaisons au niveau de la peau, avant que celle-ci ne perde toute sensation

Pour traiter les engelures :

- Appelez immédiatement le numéro local d'urgence
- Amenez la victime dans un endroit chaud et sec
- Réchauffez la peau lentement à l'aide d'une couverture chauffante (mais pas trop chaude) afin d'augmenter progressivement la température corporelle
- Évitez de frotter ou d'immerger la peau dans de l'eau chaude car cela pourrait entraîner des brûlures
- Évitez que la victime ne prenne des boissons alcoolisées ou des stupéfiants

Cet outil de travail est destiné à vous fournir des informations supplémentaires relatives au didacticiel d'UL. © COPYRIGHT Underwriters Laboratories, Inc. Tous droits réservés.

Premiers soins - Urgences médicales: L'empoisonnement

Symptômes

Les symptômes de l'empoisonnement incluent :

- Des nausées
- Des vomissements
- Des diarrhées
- Une douleur à la poitrine ou à l'abdomen

Traitement pour les poisons ingérés

- Des difficultés à respirer • Des changements dans l'état de conscience
- Des crises

S'il existe des indications qu'une personne a ingéré une substance empoisonnée : • Si la victime est consciente, demandez-lui ce qu'elle a avalé

- Cherchez tout type de contenant et prenez-le(s) avec vous lorsque vous téléphonez • Appelez le centre antipoison ou le numéro local d'urgence
- Surveillez la circulation sanguine et la respiration de la victime
- Tenez-vous prêt(e) à pratiquer une RCP
- Suivez toute procédure se trouvant sur la fiche de données de sécurité (FDS) de la

substance

N'utilisez JAMAIS de sirop d'ipéca et ne provoquez pas de vomissements avant d'appeler le centre antipoison !

Pour savoir s'il existe un centre antipoison dans votre région, rendez-vous sur le [site de l'Organisation Mondiale de la Santé](#).

Traitement pour les poisons inhalés

Souvenez-vous que certains contaminants aériens sont invisibles et inodores, comme le monoxyde de carbone. S'il existe des indications qu'une personne a inhalé une substance empoisonnée :

- Amenez immédiatement la victime à l'air libre
- Ne devenez pas une victime vous-même
 - Seules les personnes **formées à l'accès aux espaces confinés** et celles **avec une autorisation médicale permettant ce genre de secours** peuvent se rendre sur place
 - N'entrez jamais dans un environnement toxique ou un espace confiné sans une protection respiratoire ou un appareil respiratoire autonome, ainsi qu'un **équipement de protection individuelle (EPI)** adéquat

Traitement pour les poisons topiques

Si une personne entre en contact avec **la sève ou le jus de plantes vénéneuses**, dites-lui de :

- Enlever tout vêtement contaminé
- Bien laver la zone contaminée avec du savon et de l'eau

Si une personne entre en contact avec **des produits chimiques** :

- Aidez la personne à se mettre sous la douche d'urgence dès que possible •

Dites-lui de rester habillée sous la douche pendant au moins 15 minutes •

Appelez le numéro local d'urgence prévu

Cet outil de travail est destiné à vous fournir des informations supplémentaires relatives au didacticiel d'UL. © COPYRIGHT Underwriters Laboratories, Inc. Tous droits réservés.

Premiers soins - Urgences médicales: Les piqûres et morsures

Les piqûres

Les symptômes sont sans gravité et disparaissent souvent au bout d'un jour ou deux. Ils peuvent inclure :

- Des démangeaisons • Des picotements • Des réactions tardives ou sévères
- Un léger gonflement

Souvenez-vous : **il peut rapidement y avoir des réactions sévères !**

Traitement

Pour traiter une piqûre :

- Amenez la personne dans une zone sûre afin d'éviter d'autres piqûres • Ayez quelqu'un à rester avec la victime pour vous assurer qu'elle n'ait une réaction allergique
- Enlevez le dard en grattant la zone avec l'ongle ou une carte de crédit • Lavez la zone avec du savon et de l'eau et recouvrez-la pour la garder propre • Appliquez une poche froide et continuez de surveiller d'éventuels signes d'une réaction allergique
- Appelez le numéro local d'urgence, si la victime souffre de nausées, crampes, vomissements ou a des difficultés à respirer

Les morsures de chien

Si la blessure est légère :

- Lavez-la avec du savon et de l'eau •
- Contrôlez l'hémorragie s'il y en a • Appelez les secours
- Surveillez tout signe d'infection • Prévenez la fourrière animale afin que le chien soit examiné

Si la blessure saigne abondamment, contrôlez d'abord l'hémorragie. Ne lavez pas la plaie. Appelez les secours.

Les morsures de serpent

Pour traiter une morsure de serpent :

- Amenez la personne à un autre endroit que le serpent
- Traitez la morsure comme si elle était venimeuse
- Appelez le numéro local d'urgence
- Enlevez tout objet constricteur de la victime, comme les bagues ou d'autres bijoux • Immobilisez la zone touchée et gardez-la plus bas que le cœur
 - Identifiez le serpent uniquement si cela peut être fait de manière sûre • Si le serpent est mort, amenez-le aussi
- Assurez-vous du confort de la victime et rassurez-la
- NE FAITES PAS ce qui suit, sous peine d'aggraver les dommages faits aux tissus :
 - Appliquer de la glace
 - Pratiquer une incision sur la plaie
 - Utiliser un garrot, de l'alcool ou un appareil de succion

Cet outil de travail est destiné à vous fournir des informations supplémentaires relatives au didacticiel d'UL. © COPYRIGHT Underwriters Laboratories, Inc. Tous droits réservés.

Premiers soins - Urgences médicales: La maladie soudaine

L'évanouissement

Si une personne s'évanouit :

1. Vérifiez s'il y a des signes de blessure à la tête, au cou ou au dos
2. S'il n'y a aucun signe de blessure à la tête, au cou ou au dos, mettez la victime sur le dos et

- soulever ses jambes entre 20 et 30 centimètres (8 à 12 pouces)
3. Desserrez tout vêtement serré comme une ceinture, une cravate ou un collier 4. Vérifiez si la victime respire. Tenez-vous prêt(e) à pratiquer une RCP
 5. Appelez le numéro local d'urgence

Les crises d'épilepsie

Si vous voyez une personne avoir une crise d'épilepsie :

- Ne retenez PAS la personne et ne placez rien entre les dents de la victime •
- Dégager tout objet afin de prévenir d'autres blessures
- Si la victime ne respire plus, attendez que la crise s'arrête avant de commencer les premiers soins
- Appelez immédiatement le numéro local d'urgence

Les urgences diabétiques

Symptômes	Traitement
<ul style="list-style-type: none"> • Une nervosité ou un état nerveux • Un état de confusion • Un rythme cardiaque rapide • Une vision trouble • Des tremblements dans les mains et les bras • Une coordination musculaire décrue • Les crises d'épilepsie • Le coma 	<ul style="list-style-type: none"> • Donnez quelque chose de sucré à manger ou à boire à la victime, comme un jus de fruit ou un gel à base de glucose. • Appelez le numéro local d'urgence • Tenez-vous prêt(e) à pratiquer une RCP

L'acidocétose diabétique :

Symptômes	Traitement
<ul style="list-style-type: none"> • Des nausées • Des vomissements • Une douleur à l'abdomen • Une respiration rapide • Une odeur fruitée au niveau de l'haleine de la personne • La victime peut sembler ivre 	<ul style="list-style-type: none"> • Appelez immédiatement le numéro local d'urgence

La réaction allergique sévère

Symptômes	Traitement
<ul style="list-style-type: none">• Une sensation de brûlure• Une extinction de voix• Des démangeaisons• De l'urticaire• Des gonflements importants (particulièrement des lèvres, de la langue et de la bouche)• Des difficultés à respirer	<ul style="list-style-type: none">• Amenez ses médicaments à la victime, comme un stylo injecteur d'épinéphrine • Appelez immédiatement le numéro local d'urgence <p>À noter que les personnes souffrant d'allergies sévères peuvent porter un bracelet médical.</p>

La crise cardiaque

Symptômes	Traitement
<ul style="list-style-type: none">• Une douleur ou une gêne à la poitrine • Une gêne ou douleur au niveau d'un ou des bras, du dos, du cou, de la mâchoire ou de l'estomac• Un essoufflement• Des sueurs froides• Des nausées• Un étourdissement <p>À noter : Les femmes souffrent plus souvent d'une respiration courte, de nausées ou de vomissements, et de douleurs au dos ou à la mâchoire.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Faites en sorte que la victime arrête toute activité et se repose• Appelez le numéro local d'urgence • De nombreuses victimes trouvent qu'il est plus facile de respirer en position assise• Amenez si possible ses médicaments à la victime• Surveillez la victime jusqu'à ce que les secours arrivent• Tenez-vous prêt(e) à pratiquer une RCP ou à utiliser un défibrillateur autonome externe (DAE)

L'asthme

Si une personne montre des signes d'une crise d'asthme :

- Aidez la victime à trouver une position confortable (il est souvent plus facile de respirer en position verticale)
- Amenez si possible ses médicaments à la victime
- Appelez le numéro local d'urgence
- Surveillez la victime jusqu'à ce que les secours arrivent

L'accident vasculaire cérébral (AVC)

Symptômes	Traitement
<ul style="list-style-type: none">• Une faiblesse ou une paralysie d'un côté du corps• Une perte d'expression faciale et un affaissement de la bouche sur un côté •• Une vision double, un bégaiement et de violents maux de tête• Des difficultés à parler et à comprendre• Des pupilles de tailles différentes, des nausées et des vomissements	<ul style="list-style-type: none">• Appelez le numéro local d'urgence• Aidez la victime à se reposer confortablement ; rassurez-la• Tenez-vous prêt(e) à pratiquer une RCP• Ne donnez RIEN à manger ou à boire •• Roulez la victime sur le côté si elle bave ou a des difficultés à avaler

Cet outil de travail est destiné à vous fournir des informations supplémentaires relatives au didacticiel d'UL.
© COPYRIGHT Underwriters Laboratories, Inc. Tous droits réservés.