

Depuis 2004, puis par la suite en 2006, de nouvelles dispositions législatives font obligation à l'École de dispenser aux élèves une formation aux premiers secours, dans le cadre de leur scolarité. Ces dispositions, prévues par deux lois, l'une de santé publique, l'autre de modernisation de la sécurité civile, sont maintenant inscrites dans le Code de l'éducation.

Au collège Pierre Bourdieu, une attestation Prévention et secours civiques de niveau 1 (PSC1) est délivrée aux élèves du collège ayant suivi la formation aux premiers secours (article [D 312-41](#) du Code de l'éducation).

La formation PSC1 se déroule sur le temps scolaire et est de 8h.

Plusieurs thèmes sont abordés :

- L'alerte et la Protection des Populations
- Protection Alerte et Traumatisme
- La Protection
- Les Obstructions
- Les Hémorragies externes
- Les Plaies
- Les Brûlures
- Les Malaises
- La Perte De Connaissance
- L'Arrêt Cardiaque

PETIT MÉMO DES GESTES ET ATTITUDES

❖ **Alerte et Protection des Populations**

- ✓ Signal National d'Alerte (SNA) : danger si 3 séquences d' 1 minute 41 secondes (variation du cycle)
 - se mettre à l'abri (en hauteur si près d'un barrage)
 - se confiner
 - s'informer sur la situation (réseau radio france)
 - Attendre la fin du signal : cycle continu de 30 secondes
- ✓ Corne de brume : monter sur les hauteurs

www.prim.net : pour se renseigner sur sa commune face aux risques

❖ Protection Alerte et Traumatisme

On ôte la source du danger (échelle, scie, ...), on supprime le danger (on coupe le courant)

Numéros d'urgence :

- ✓ 15 SAMU
- ✓ 112 numéro européen de secours
- ✓ 18 Pompier
- ✓ 17 Gendarmerie

- ✓ Traumatisme :
 - Si personne inconsciente : PLS
 - Si personne consciente et présente des signes immédiats: Ne pas mobiliser la partie atteinte, alerter les secours. Effectuer un maintien tête lorsque la personne se plaint du cou/dos.
 - Si personne consciente et ne présente pas de signes immédiats : surveiller et faire surveiller par son entourage

❖ Protection

Danger non contrôlable : on sécurise le périmètre (exemple accident de voiture) / on évacue rapidement le blessé avec un dégagement d'urgence si on voit la victime (exemple fuite de gaz)

Attaque terroriste : fuir / se cacher

❖ Obstruction des voies aériennes

- ✓ Si la victime a une obstruction partielle (tousse, parle, respire, sons...) : l'installer dans la position où elle se sent le mieux, l'encourager à tousser, surveiller et demander un avis médical
- ✓ Si la victime a une obstruction grave (aucun son) : donner jusqu'à 5 claques dans le dos (milieu omoplates) puis jusqu'à 5 compressions abdominales (thoraciques si femme enceinte ou personne obèse) et répéter si cela ne passe pas. Alerter les secours et suivre l'avis médical

❖ Hémorragies externes

Demander à la victime de comprimer, si elle n'y parvient pas protégez vous et Comprimez l'endroit qui saigne, allongez la victime et alertez les secours (faire un pansement compressif s'il n'y a personne pour appeler les secours)

- ✓ garrot tourniqué : en cas de membre arraché ou broyé ou/et multiples victimes : au dessus de la plaie mais jamais sur une articulation
- ✓ Saignement du nez : faire asseoir tête penchée en avant, se moucher, se comprimer les deux narines pendant 10 minutes avec les doigts et demander un avis médical si le saignement continu, si c'est suite à un choc ou si la victime prend des médicaments.
- ✓ Crache ou vomit du sang : installer la victime dans la position qu'elle préfère, récupérer les crachats, alerter les secours

❖ **Plaies**

- ✓ Plaie simple : nettoyer, désinfecter, protéger
- ✓ Plaie grave : Ne jamais retirer l'objet étranger et mettre en position adaptée
 - position allongée, jambes fléchies pour une blessure à l'abdomen
 - position assise en cas de blessure au thorax
 - position allongée, yeux fermés en cas de blessure à l'oeil, maintien tête
 - Alerter les secours

❖ **Brûlures**

- Refroidir la surface brûlée par ruissellement d'eau (température tempérée 15 à 25 °) au plus tard dans les 30 minutes suivant la brûlure
- Retirer les vêtements s'ils n'adhèrent pas à la peau

- ✓ Si brûlure grave : alerter les secours, poursuivre le refroidissement, installée en position adaptée, (sans recouvrir la brûlure)
- ✓ Si brûlure simple : refroidir jusqu'à disparition de la douleur, ne pas percer les cloques
- ✓ En cas d'ingestion de produits chimiques : Ne jamais faire vomir ni boire
- ✓ En cas d'inhalation de produits chimiques: Mettre en position semi assise et appeler le 15
- ✓ En cas de brûlure électrique : ne pas toucher la victime avant la suppression du risque, puis arroser la zone en contact avec le courant

❖ **Malaise**

- ✓ Allonger la victime ou la mettre assise si elle a des difficultés à respirer
- ✓ desserrer les vêtements
- ✓ Se renseigner :
 - nom?
 - âge?
 - avez vous eu une hospitalisation ou avez vous été malade récemment ?
 - prenez vous des médicaments? (si oui et que la victime les demande, lui donner !)
 - ça fait combien de temps que vous vous sentez comme ça?
 - ça vous est déjà arrivé ?
- ❖ Alerter les secours

Attention aux signes suivants : douleur dans la poitrine, douleur abdominal, difficulté à respirer/parler, déformation de la face...qui sont signe d'un AVC ou AC

❖ **Perte de Connaissance**

- ❖ Vérifier que la personne est inconsciente et qu'elle respire (bien basculer la tête vers l'arrière, tirer la mâchoire, regarder si rien n'obstrue) écouter/sentir le souffle, voir le ventre), appeler à l'aide (tierce personne)

Mettre en Position Latérale de Sécurité (PLS) et alerter les secours (si personne ne l'a fait)

❖ **Arrêt Cardiaque**

On vérifie que la personne est inconsciente et ne respire pas puis :

- ✓ appel des secours, se faire amener un défibrillateur
- ✓ mise en place de la Réanimation Cardio-Pulmonaire (RCP) : 30 compressions thoraciques et 2 insufflations
- ✓ mise en place du défibrillateur (suivre les consignes) dès qu'il arrive