

Entamer une RCP

Le Cœur est une pompe qui assure la circulation du sang dans tout l'organisme, permettant aux cellules de recevoir oxygène et nutriments. Cette circulation est indispensable à la vie. L'arrêt du cœur entraîne la mort de la victime à brève échéance.

Quels sont les Conséquences de l'arrêt cardiaque ?

Les chances de survie à un arrêt cardiaque sont d'autant plus grandes que les gestes de premiers secours sont faits dans les 3 premières minutes. Il est donc primordial de savoir reconnaître l'arrêt cardiaque et de réaliser au plus tôt 3 gestes simples : Appeler le 190 (SAMU), Masser et Défibriller le cœur de la victime.

Comment reconnaître l'arrêt cardiaque ?

Une personne s'effondre ou vient de s'effondrer brutalement. Elle est inerte, le plus souvent allongée sur le sol.

- 1) S'assurer qu'il n'existe aucun danger environnant : si tel est le cas s'en protéger.
- 2) Contrôler immédiatement les signes de vie : la conscience et la respiration.
 - Secouez la victime.
 - Si elle ne réagit pas, ne bouge pas : elle est inconsciente.
 - Libérez ses voies aériennes.
 - Vérifiez sa respiration.
 - Sa respiration est inexistante Sa poitrine ne se soulève pas
 - ou très irrégulière (gasps) Les gasps sont des mouvements respiratoires résiduels qui peuvent prendre différentes formes. Il peut s'agir notamment d'une série d'inspirations brusques, suivies de pauses, qui durent 30 s à une minute après la perte de connaissance...

Comment réagir devant un arrêt cardiaque ?

En l'absence de signes de vie, on entame la réanimation cardio-pulmonaire sans se poser de question, sur la base de 30 compressions thoraciques pour 2 insufflations.

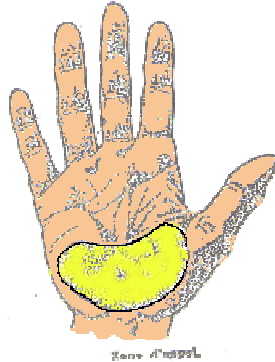
Immédiatement 3 gestes s'imposent :
Appeler le SAMU (190) – Masser – Défibriller



Le diagnostic est fait : appelez le 190 (SAMU) ou le 198 (PC).
Ensuite entamer votre réanimation cardio-pulmonaire **selon 30/2**

LES COMPRESSIONS THORACIQUES

- ☞ Victime **couchée sur le dos** (position appelée "décubitus dorsal"), **sur un plan dur**.
- ☞ Placez vous à genoux auprès de la victime, dénudez le thorax (mesure du possible).
- ☞ Placer le talon de la main qui assure l'appui sur le centre de la poitrine sur le sternum sur la ligne médiane (**zone d'appui**).



- ☞ Pratiquer des **compressions thoraciques** de la façon suivante

Perpendiculairement à la victime, à hauteur du thorax de la victime

- **Talon** de votre main sur la zone d'appui,
- puis placer l'autre main au dessus, en crochant les doigts des deux mains
- Maintenir les **bras tendus**: le mouvement de compression doit être initié par le buste,
- Exercer une **compression du sternum** en l'abaissant **de 6 cm** puis relâchez (le relâchement doit être complet mais les mains ne doivent pas quitter la zone d'appui). Durée de compression égale à celle du relâchement
- La fréquence des **compressions et de 30**



- ☞ Intercaler **2 insufflations toutes les 30 compressions**

- ☞ Poursuivre les manœuvres de réanimation jusqu'à l'arrivée d'un défibrillateur automatisé externe ou l'arrivée des secours.

MANŒUVRES DE VENTILATION ARTIFICIELLE

La ventilation artificielle peut être assurée en utilisant la technique de bouche à bouche ou la technique de bouche à nez chez l'adulte et l'enfant. Chez le nourrisson la ventilation artificielle est assurée utilisant la technique de bouche à bouche et nez (petite taille).

Bouche à bouche

Premier temps : l'insufflation

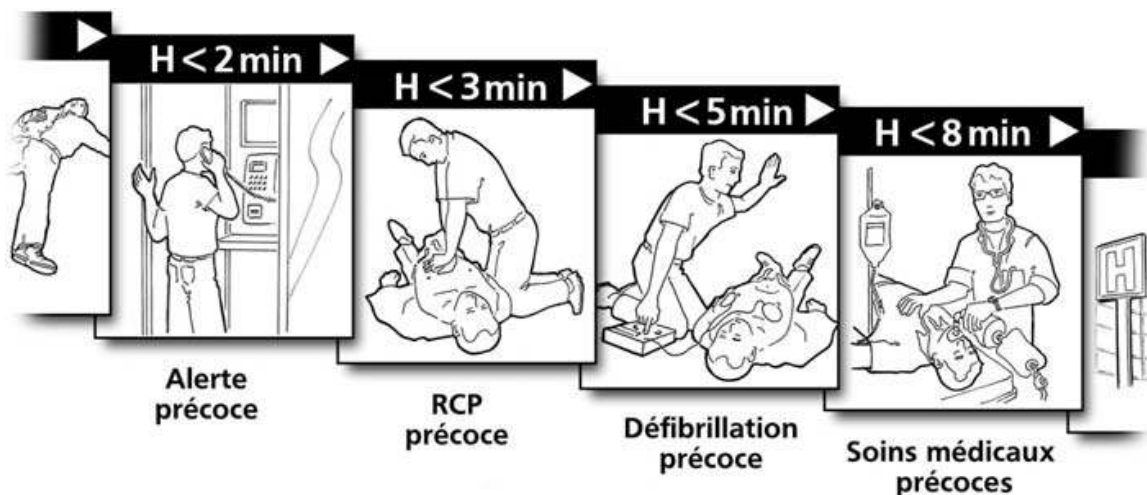
- Maintenir la tête de la victime basculée en arrière,
- Prendre une inspiration normale,
- Appliquer hermétiquement la bouche autour des lèvres entrouvertes de la victime et obturer le nez de celui-ci,
- Insuffler, tout en contrôlant le soulèvement du thorax.



Deuxième temps : reprise de l'inspiration du sauveteur

- Libérer le nez de la victime en ayant soin de maintenir le maxillaire inférieur et la tête de celle-ci en bonne position ;
- Relever son propre buste pour inspirer à distance de la bouche de la victime ;
- Ce temps correspond à l'expiration passive de la victime.

LA DEFIBRILLATION PRECOCE



Un défibrillateur automatisé externe (DAE) est petit, portable, léger et très simple à utiliser. S'il est utilisé dans les toutes premières minutes après l'effondrement de la victime, il restaurera l'activité de la pompe cardiaque.

Dès les premiers instants de sa mise en place, le DAE guidera l'intervenant sur les gestes à accomplir, étape par étape.

Il est important de préciser que le DAE ne délivrera un choc que s'il est nécessaire.

