

La Mise En PLS

Bien que le principe général soit de ne pas manipuler une victime, **il ne faut jamais laisser sur le dos une victime inconsciente qui respire**. Le risque de la chute de la langue en arrière et d'obstruction des voies aériennes supérieures devient réel. Il est possible de l'éviter en mettant la victime en position latérale de sécurité.

La position latérale de sécurité est une position dans laquelle la victime est placée sur le côté, tête en arrière, bouche ouverte et dirigée vers le sol. Ainsi sa langue ne peut plus tomber dans sa gorge et ses vomissements s'écoulent librement sur le sol.

La réalisation d'une PLS passe par 3 étapes :

1- La préparation au retournement

- Retirez lui ses lunettes et s'assurer que les jambes sont allongés côte à côte
- Ensuite suite le cheminement suivant



- Placez le bras de la victime le plus proche de vous, à angle droit de son corps. Pliez ensuite son coude tout en gardant la paume de sa main tournée vers le haut.
- Saisissez d'une main le bras opposé de la victime et placez le dos de sa main pressée contre son oreille côté sauveteur, paume contre paume



- Avec l'autre main, attrapez la jambe opposée, juste derrière le genou et relevez-la tout en gardant le pied au sol.
- Placez-vous assez loin de la victime pour pouvoir la tourner sans avoir à vous reculer.

2- Le retournement

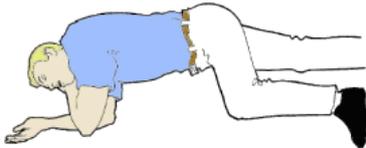


- Tirez sur la jambe pliée afin de faire rouler la victime vers vous jusqu'à ce que le genou touche le sol. Le mouvement de retournement doit être fait sans brusquerie, en un seul temps. Le maintien de la main de la victime contre sa joue permet de respecter l'axe de la colonne vertébrale cervicale.
- Si les épaules de la victime ne tournent pas complètement, coincez le genou de la victime avec votre propre genou, pour éviter que le corps de la victime ne retombe en arrière sur le sol, puis saisissez l'épaule de la victime avec la main qui tenait le genou

3- La stabilisation



- Dégagez votre main qui est sous la tête de la victime, en maintenant le coude de celle-ci avec la main qui tenait le genou (pour ne pas entraîner la main de la victime et éviter toute mobilisation de sa tête).



- Fléchissez la jambe du dessus pour que la hanche et le genou soient à angle droit (de façon à stabiliser le corps de la victime).
- Ouvrez la bouche de la victime avec le pouce et l'index d'une main, sans mobiliser la tête, afin de permettre l'écoulement des liquides vers l'extérieur.

(Faire) Alerter les secours médicalisés

- Si vous êtes seul, après avoir mis la victime en PLS, et si vous n'avez pas obtenu d'aide, allez alerter les secours le plus rapidement possible ;
- Si vous n'êtes pas seul, assurez-vous qu'un témoin a bien été donné l'alerte.

Contrôlez continuellement la ventilation de la victime

En attendant l'arrivée des secours

- Placé au niveau de la tête de la victime, regardez la poitrine se soulever, et écoutez d'éventuels bruits de la respiration ;
- Recouvrez éventuellement la victime

(P.L.S.) cas particuliers

Femme enceinte

Une femme enceinte doit *toujours* être allongée sur le côté *gauche*, de façon à éviter le risque d'un écrasement de la veine cave inférieure par la fœtus, ce qui peut entraîner la mort du patient.

victime à plat ventre

Compléter la libération des voies aériennes par une bascule prudente de la tête en arrière et l'ouverture de la bouche avec le pouce et l'index sans mobiliser la tête, stabiliser la position de la victime et apprécier toutes les minutes la respiration.