

Conduites à tenir

Contusion - Hématome léger

Lésion sans déchirure de la peau, provoquée par un choc

Appliquer du froid pour atténuer la douleur et limiter le gonflement : eau froide, sac de glace enveloppé dans un linge... pendant 10 minutes.

Saignement de nez

Saignement spontané ou provoqué par un choc

1. **Asseoir** la victime, tête penchée en avant
2. Lui demander de **se moucher** vigoureusement
3. Lui demander de **se comprimer les narines** avec deux doigts, pendant 10 minutes, sans relâcher

4. Demander un avis médical si :

- * le saignement ne s'arrête pas ou se reproduit
- * le saignement a pour origine une chute ou un coup
- * la victime prend des médicaments qui augmentent les saignements

Brûlure simple

Lésion superficielle, d'origine thermique ou chimique

1. **Refroidir immédiatement** la surface brûlée par ruissellement d'eau courante tempérée, en retirant les vêtements imprégnés de produit chimique, le cas échéant, s'ils ne sont pas collés à la peau
2. Parallèlement, demander un **avis médical**
3. Mettre la victime au **repos** et **surveiller** son état

La prise en charge des atteintes plus graves et situations d'urgence vitale (hémorragie, étouffement, arrêt cardio-respiratoire...), nécessite l'apprentissage de gestes de premiers secours.



Matériel de Premiers Secours



Composition minimale recommandée, à moduler selon les risques spécifiques de votre entreprise, avec avis de votre Médecin du Travail

- +Produit antiseptique en unidoses pour la désinfection des plaies (type chlorhexidine) 
- +Pansement compressif ou coussin hémostatique pour stopper les saignements abondants



- +Bandes de gaze extensibles
- +Compresses en conditionnement individuel
- +Pansements auto-adhésifs prédécoupés en conditionnement individuel
- +Pansements gras en conditionnement individuel
- +Sparadrap hypoallergénique
- +Couverture de survie isothermique
- +Sachets en plastique propres
- +Doigtiers
- +Gants à usage unique
- +Épingle de sûreté
- +Pince à échardes
- +Ciseaux à bouts ronds
- +Sucre en morceaux emballé hermétiquement

Une vérification périodique du contenu (quantités disponibles et dates de péremption) s'impose.

Accidents et Malaises au travail

Matériel de premiers secours & Conduites à tenir face à certaines situations



Le Code du travail rend obligatoire la présence d'un matériel de premiers secours sur le lieu de travail, adapté à la nature des risques, facilement accessible et signalisé par panneaux.

(Articles R.4224-14 et R.4224-23)

Numéros d'urgence



15 - SAMU
Problème urgent de santé
ou besoin d'un avis médical

18 - POMPIERS
Autre demande de secours



112 - numéro d'appel d'urgence européen

**114 - numéro d'urgence réservé aux
sourds et malentendants**



Message d'alerte

Préciser :

- ★ Votre identité
- ★ Votre numéro d'appel
- ★ Le lieu de l'accident (nom de l'entreprise, adresse, étage, modalité d'accès...)
- ★ La nature de l'accident ou de la maladie (malaise, coupure, chute...)
- ★ Les éventuels risques persistants (électricité, gaz...)
- ★ Le nombre de victimes
- ★ L'état apparent de chaque victime :
 - * est-ce qu'elle saigne abondamment ?
 - * est-ce qu'elle répond ?
 - * est-ce qu'elle respire ?
 - * ...
- ★ Les mesures et gestes effectués

Ne jamais raccrocher le premier

Appliquer les consignes données par les secours
Faciliter leur accès (dégager les allées et issues,
envoyer une personne au-devant des secours...)

Conduites à tenir

Des maladies peuvent être transmises par le sang,
se protéger si possible par le port de gants propres
avant toute prise en charge d'une victime.



Plaie Simple

*Coupure superficielle ou éraflure saignant peu, et non située
à proximité d'un orifice naturel ou de l'œil*

1. **Se laver les mains** à l'eau et au savon, mettre des gants propres
2. **Nettoyer** la plaie en la rinçant abondamment à l'eau courante avec du savon, si besoin à l'aide d'une compresse, puis rincer à l'eau claire et sécher
3. **Désinfecter** avec un antiseptique
4. **Protéger** en appliquant un pansement adhésif sur peau bien sèche
5. **Se laver de nouveau les mains** à l'eau et au savon
6. Conseiller à la victime de vérifier sa vaccination contre le **tétanos** et de **surveiller sa plaie**

En l'absence de vaccination antitétanique valide ou en cas d'apparition dans les jours qui suivent de fièvre, d'une zone chaude, rouge, gonflée ou douloureuse, conseiller à la victime de consulter un médecin.

Conduites à tenir

Malaise

La victime se plaint de sensations pénibles et/ou présente des signes anormaux (pâleur, sueurs...)

1. **Mettre la victime au repos** (allongée à plat dos ou demi-assise en cas de gêne respiratoire)
2. **Observer les signes** de malaise (isolés ou associés) dont certains peuvent relever de pathologies nécessitant une prise en charge urgente :

- * faiblesse ou paralysie d'un membre
- * déformation de la face
- * troubles de la vue
- * difficulté de langage ou de compréhension
- * mal de tête sévère, soudain et inhabituel
- * perte d'équilibre, instabilité de la marche ou chutes inexplicables
- * douleur dans la poitrine
- * douleurs abdominales intenses
- * difficultés à respirer ou à parler
- * sensation de froid
- * pâleur intense
- * sueurs abondantes

3. **Ecouter et questionner** la victime :

- * quel âge a-t-elle ?
- * est-ce la première fois qu'elle présente ce malaise ?
- * où a-t-elle mal ? Quel est le type de douleur ?
- * depuis combien de temps a-t-elle ce malaise ?
- * a-t-elle été récemment malade et/ou hospitalisée ?
- * suit-elle un traitement ?

4. **Prendre immédiatement un avis médical** en transmettant fidèlement toutes les informations recueillies au SAMU

5. **Appliquer les consignes** données par les secours

6. **Surveiller** la victime et la rassurer

Sur consigne du médecin, ou si la victime le demande, il est possible de l'aider à prendre du sucre en morceaux ou son traitement médicamenteux.