

Premiers secours

Code	Réf.	Langue	Dimensions
730100	PA-42P	Espagnol	297 x 420 mm
730101	PA-42P	Anglais	297 x 420 mm
730102	PA-42P	Français	297 x 420 mm
730110	PA-29P	Espagnol	210 x 297 mm
730111	PA-29P	Anglais	210 x 297 mm
730112	PA-29P	Français	210 x 297 mm

UNE-EN ISO 7010

1

VÉRIFIEZ L'ÉTAT DE CONSCIENCE

Si la personne est inconsciente et ne respire pas, vérifiez son état d'inconscience. Vérifiez si elle vous entend et si elle respire.

2

APPELEZ LE SERVICE D'URGENCE

Demandez de l'aide et prévenez le service d'urgence.

3

COMMENCEZ LA RÉANIMATION CARDIO-PULMONAIRE (RCP)

Réalisez la **MANŒUVRE FRONT-MENTON** pour ouvrir les voies respiratoires.

- Éloignez tout obstacle au passage de l'air.
- Inclinez autant que possible sa tête vers l'arrière.
- Saisissez-lui la mâchoire et tirez vers l'avant, le pouce d'un côté sur le côté de la bouche.
- Restez dans cette position pour maintenir ouvert le passage de l'air.
- Observez ensuite pendant 10 secondes maximum si la victime respire normalement.

3.1 **SI LA VICTIME RESPIRE**

Placez-la dans la position latérale de sécurité et demandez une aide spécialisée. Réévaluez la victime régulièrement jusqu'à ce que l'aide arrive.

3.2 **SI LA VICTIME NE RESPIRE PAS, CONTINUEZ AVEC DES COMPRESSIONS THORACIQUES**

Commencez les compressions thoraciques par **SÉRIES DE 30 COMPRESSIONS** de poitrine continues, en poussant énergiquement et avec fermeté le sternum, de façon à ce qu'il se comprime de 4 à 5 cm. **Ouvrez à nouveau les voies respiratoires** par la **MANŒUVRE FRONT-MENTON** et réalisez **2 RESPIRATIONS** avec la technique du **BOUCHE-À-BOUCHE** (voir point 4).

4

RESPIRATION BOUCHE-À-BOUCHE

Bouchez-lui le nez de façon à ce que les voies respiratoires nasales restent fermées. Prenez une bouffée d'air et exhalez-le complètement dans la bouche de la victime. Réalisez ce procédé **2 fois**. Continuez avec des **SÉQUENCES DE 30 COMPRESSIONS ET DE 2 RESPIRATIONS**. Les compressions ne doivent pas être interrompues pendant plus de 10 secondes pour administrer des ventilations.

5

CONTINUEZ LA RÉANIMATION

Continuez les réanimations jusqu'à ce que l'aide spécialisée arrive ou que la victime commence à s'éveiller et à respirer normalement.

PREMIERS SECOURS
RCP DE BASE

sofamel