

Les premiers gestes à faire en cas d'accident

sec-A0013-00-U

Se protéger

Protéger la victime

Protéger les témoins

Supprimer le danger

Ensuite

- Signaler la zone de danger (150 à 200 mètres avant et après).
- Dégager délicatement la victime.
- Si risque immédiat s'approcher et parler à la victime.

Donner l'alerte

Alerter ou faire alerter nécessite un recueil de renseignements indispensables pour l'arrivée rapide des secours.

Appeler le n° 15 ou 18 ou 112.

S'identifier

- Indiquer le nom, et le numéro de téléphone d'où part l'appel.
- Expliquer où l'on se trouve et comment accéder au lieu de l'accident.
- Donner la nature de l'accident.
- Décrire précisément ce qui s'est passé ainsi que l'heure de l'accident.

Préciser le nombre, l'âge et l'état apparent des victimes

- Le blessé répond-il aux questions ?
- Peut-il bouger de partout ?
- A t-il des lésions évidentes ? (hémorragie, plaie, déformations...)
- Est-il en train de s'affaiblir ?

Préciser s'il y a des risques persistants

- Risque d'incendie, d'explosion, de collision...
- Ne pas raccrocher le premier.
- Attendre les instructions du service de secours.

Premiers secours : les gestes qui sauvent

sec-A0009-00-U

Le blessé se relève seul

- L'asseoir, lui parler, le calmer, le couvrir.
- Comprimer avec la main une plaie qui saigne.
- Caler et immobiliser les zones douloureuses.
- Surveiller son état de conscience.

Le blessé est conscient mais ne se relève pas

- Lui parler.
- Le calmer, le couvrir.
- Comprimer avec la main une plaie qui saigne.
- Ne pas le déplacer.
- Caler et immobiliser les zones douloureuses.
- Surveiller son état de conscience.

Respire-t-il ?

Le blessé est inconscient mais respire.

- Le tourner délicatement sur le côté et le placer en **position latérale de sécurité** (PLS).
- Desserrer ou dégrafer ce qui gêne la respiration.
- Retirer prudemment le casque cycliste (s'il en porte un).
- Surveiller son état de conscience et sa respiration.
- Le couvrir.

Le blessé est inconscient et ne respire pas.

- Libérez les voies aériennes.

- Desserrer ou dégrafer ce qui gêne la respiration.
- Retirer prudemment le casque cycliste.
- Basculer doucement la tête en arrière, tout en élevant le menton vers le haut.
- Ouvrir la bouche de la victime avec la main qui tient le menton et retirer tout corps étranger (dentier, terre, ...) visible à l'intérieur de la bouche.

- Contrôler de nouveau la respiration.

- Maintenir la tête basculée en arrière et se pencher au-dessus du visage.

Le blessé est inconscient et ne respire pas malgré la libération des voies aériennes.

- Ventilation artificielle.

- Obstruer le nez en le pinçant entre pouce et index.
- Inspirer sans excès.
- Appliquer la bouche largement ouverte autour de celle de la victime et souffler progressivement en deux secondes.
- Faire deux insufflations consécutives.

Respire-t-il ?

- Si oui : mettre la victime en position latérale de sécurité (PLS) et surveiller.
- Si non :
 - il s'agit d'un arrêt cardio-respiratoire,
 - il faut continuer la ventilation artificielle et procéder au massage cardiaque.

À ce stade de réanimation, vous pouvez considérer que vous avez réalisé la meilleure assistance à personne en danger. Ces gestes nécessitent un apprentissage enseigné par des moniteurs agréés en matière de Premiers secours (pompiers, Croix-Rouge, Protection civile).

Nota

Cette annexe ne remplace en aucun cas une formation spécifique PSC1 (prévention et secours civique de niveau 1).

