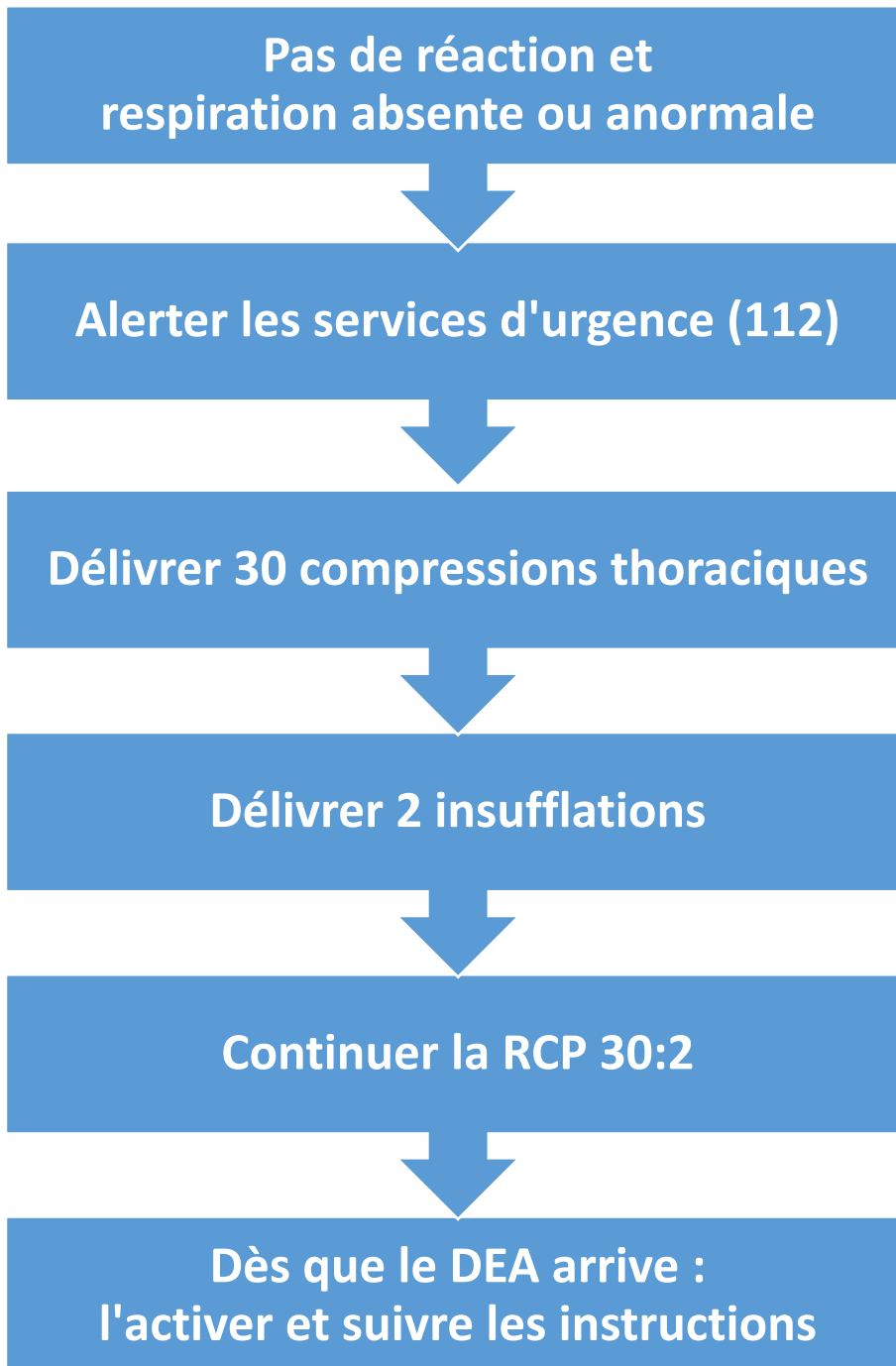


# REANIMATION DE BASE ADULTES hors de période de pandémie

Extrait du Résumé des directives ERC 2021

## BASIC LIFE SUPPORT




Algorithme du BLS



- Tout le monde doit démarrer une RCP dans le cas d'un arrêt cardiaque présumé, sans craindre de causer du tort à une victime qui ne serait pas en arrêt cardiaque.
- Le grand public peut effectuer des compressions thoraciques en toute sécurité et utiliser un DEA, car le risque d'infection pendant les compressions et celui de blessures causées par un choc accidentel pendant l'utilisation du DEA est très faible.
- Des directives distinctes ont été élaborées pour la réanimation des victimes suspectées ou confirmées d'être atteintes du syndrome respiratoire aigu (SARS-CoV-2). Voir cadres séparés sur cet onglet du site web.

## 1. Sécurité

- Assurez-vous que vous, la victime et les témoins êtes en sécurité.

## 2. Comment reconnaître l'arrêt cardiaque ?

<b>Conscience</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Secouez prudemment les épaules</li> <li>○ Demandez : "Est-ce que ça va ?"</li> </ul> <p><b>Si la personne réagit :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Laissez-la dans la même position</li> <li>○ Essayez d'identifier le problème</li> <li>○ Vérifiez régulièrement</li> </ul>

<b>Voies respiratoires</b>	
	<p><b>Si la victime ne réagit pas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Placez-la sur le dos.</li> <li>○ Placez votre main sur le front et basculez doucement la tête vers l'arrière ; avec l'extrémité des doigts sous la pointe du menton, relevez le menton pour ouvrir les voies respiratoires.</li> </ul>
<b>Respiration</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Approchez le visage près de la bouche et du nez de la victime</li> <li>○ <b>Vérifiez</b> si le thorax bouge, <b>écoutez</b> et <b>sentez</b> la respiration pendant maximum 10 secondes pour déterminer si la personne respire normalement.</li> </ul>

- Une respiration lente et laborieuse (respiration agonique) doit être considérée comme un signe d'arrêt cardiaque.
- Une courte période de mouvements convulsifs peut survenir au début de l'arrêt cardiaque. Évaluez la personne après l'arrêt de la période de convulsion : si elle ne répond pas et si elle ne respire pas ou si elle a une respiration anormale, commencez la RCP.

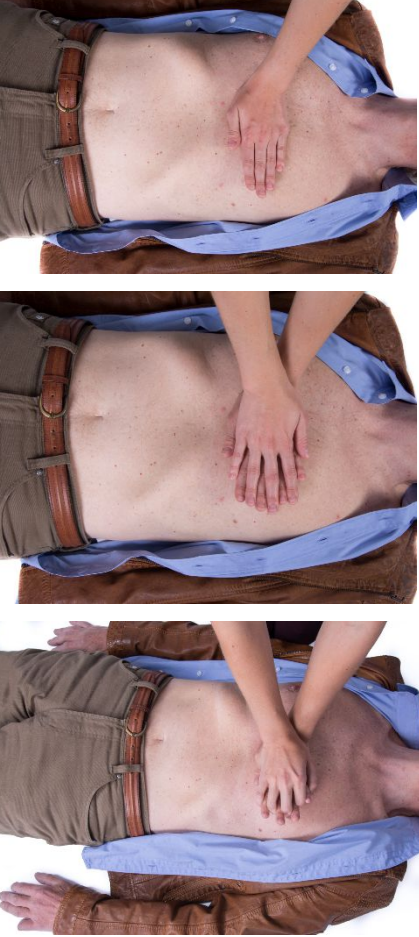
### 3. Comment alerter les services d'urgence


- Alerter immédiatement les services d'aide médicale urgente (AMU) si une personne est inconsciente dont la respiration est absente ou anormale.
- Un témoin isolé possédant un téléphone mobile doit composer le numéro d'urgence (112), activer le haut-parleur ou une autre option de type "mains libres" sur son téléphone mobile et démarrer immédiatement la RCP, guidé par le centraliste 112.

- Si vous êtes seul et que vous devez laisser la victime pour prévenir les secours, alertez d’abord ces secours, puis commencez la RCP.

#### 4. Compressions thoraciques de haute qualité


- Démarrez les compressions thoraciques aussi rapidement que possible chez toute personne qui ne répond pas et dont la respiration est absente ou anormale.

<b>Compressions thoraciques</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Mettez le talon d’une main sur la moitié inférieure du sternum ('au centre du thorax').</li> <li>○ poser l’autre main sur la première</li> <li>○ et entrelacez les doigts.</li> <li>○ les bras tendus perpendiculaires au thorax.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Comprimez le thorax</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– à une profondeur d'environ 5 cm, mais pas plus de 6 cm.</li> <li>– à une fréquence comprise entre 100 et 120 compressions par minute avec le moins d'interruptions possible.</li> </ul> </li> <li>○ Permettez au thorax de se relâcher complètement après chaque compression ; ne pas s'appuyer sur le thorax.</li> <li>○ Effectuez les compressions thoraciques lorsque la victime est sur une surface ferme, dans la mesure du possible.</li> </ul>
---	--

## 5. Insufflations

- Alternez 30 compressions avec 2 insufflations.

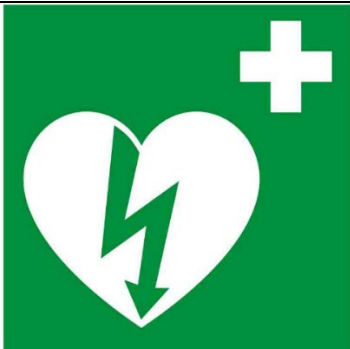
<b>Insufflations</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Basculez la tête et soulevez le menton</li> <li>○ Pincez la partie molle du nez</li> <li>○ Inspirez <u>normalement</u></li> <li>○ Posez vos lèvres autour de la bouche</li> <li>○ Insufflez <ul style="list-style-type: none"> <li>– jusqu'à ce que le thorax se soulève</li> <li>– pendant environ 1 sec</li> </ul> </li> <li>○ Laissez le thorax se relever</li> <li>○ Insufflez une deuxième fois</li> </ul>

- Ne pas interrompre les compressions thoraciques plus de 10 secondes
- Poursuivre la réanimation cardio-pulmonaire (RCP) 30:2



- Si vous n'êtes pas en mesure de délivrer des insufflations, effectuez uniquement des compressions thoraciques, en continu.

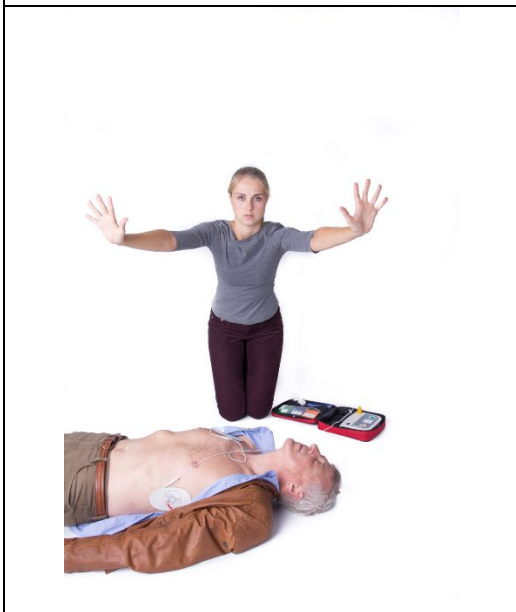
## 6. DEA

### a. Comment trouver un DEA

	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ L'emplacement d'un DEA est indiqué clairement.</li> </ul>
---	--

### b. Quand et comment utiliser un DEA


	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Dès que le DEA arrive, ou s'il est déjà disponible sur le lieu de l'arrêt cardiaque, activez-le.</li> <li>○ Certains DEA s'activent automatiquement à l'ouverture du couvercle.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Appliquez les électrodes sur la poitrine nue de la victime, selon la position indiquée sur le DEA ou sur les électrodes.</li> <li>○ Si plus d'un secouriste est présent, la RCP devrait être poursuivie pendant que le second secouriste place les électrodes sur le thorax.</li> <li>○ Suivez les directives vocales (et/ou visuelles) du DEA.</li> </ul>



- Assurez-vous que personne ne touche la victime pendant que le DEA analyse le rythme cardiaque.
- Si le choc est indiqué, assurez-vous que personne ne touche la victime.



- Appuyez sur le bouton de choc, comme indiqué en vérifiant que personne ne touche la victime.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Redémarrez immédiatement la RCP en commençant par 30 compressions thoraciques.</li> <li>○ Si aucun choc n'est indiqué, redémarrez immédiatement la RCP en commençant par 30 compressions.</li> <li>○ Dans les deux cas, poursuivez la RCP selon les instructions du DEA. Il y aura une période de RCP (habituellement 2 minutes) avant que le DEA ne demande une autre pause pour permettre l'analyse du rythme.</li> </ul>
---	--

### **c. Compressions thoraciques avant la défibrillation**

- Poursuivez la RCP jusqu'à ce qu'un DEA (ou un autre défibrillateur) arrive sur place, soit allumé et que les électrodes soient collées sur la victime.
- Ne retardez pas la défibrillation en continuant la RCP une fois que le défibrillateur est prêt.

### **d. DEA entièrement automatiques**

- Si un choc est indiqué, les DEA entièrement automatiques sont conçus pour le délivrer le choc sans autre action de la part du secouriste.

### **e. Sécurité des DEA**

- De nombreuses études sur la défibrillation en libre accès ont montré que les DEA peuvent être utilisés en toute sécurité par des témoins et les premiers intervenants. Ne poursuivez pas les compressions thoraciques pendant l'administration du choc.