

QUE FAIRE EN CAS D'URGENCE ?



NUMÉRO D'URGENCE 144 – POUR TOUTES LES URGENCES MÉDICALES

- OÙ** a eu lieu l'accident ?
- QUI** passe l'appel ?
- QUEL** est le numéro pour rappeler ?
- QUE** s'est-il passé exactement ?
- QUAND** a eu lieu l'accident ?
- COMBIEN** de personnes sont concernées ?

AUTRES ASPECTS : y a-t-il des dangers particuliers ?
Par exemple de l'essence ou du courant électrique ?
Le lieu de l'accident est-il sécurisé ?
Ne terminez l'appel que si vous êtes sûr d'avoir été bien compris.

LE BON NUMÉRO À PORTÉE DE MAIN

Enregistrez sans attendre les principaux numéros d'urgence sur votre téléphone fixe et portable

- 144** Urgence sanitaire
- 145** Tox Info Suisse
- 1414** REGA
- 117** Police
- 118** Pompiers
- 112** Numéro d'urgence européen

FAITES PREUVE DE COURAGE.

**LA SEULE VÉRITABLE
ERREUR EST DE
NE RIEN FAIRE !**

Vous trouverez d'autres
mesures de premiers secours
à la page suivante.

GARDEZ VOTRE CALME !

- OBSERVER :** Que s'est-il passé ?
évaluer la situation Qui est impliqué ?
- RÉFLÉCHIR :** Existe-t-il un danger pour les sauveteurs ?
repérer les dangers Existe-t-il un danger pour d'autres personnes ?
- AGIR :** Se protéger soi-même
protéger et donner Assurer la sécurité
les premiers secours Donner les premiers secours

SOIGNER LES BLESSURES

Pour les petites éraflures ainsi que les coupures, déchirures ou contusions superficielles :

- ★ Nettoyer et désinfecter les plaies
- ★ Appliquer un pansement (sparadrap ou gaze avec bandage)

En cas de plaies profondes et importantes, douleur persistante et lancinante, sécrétion de pus et rougeur étendue :

- ★ Consulter immédiatement un médecin

En cas d'hémorragies graves :

- ★ Composer immédiatement le numéro d'urgence 144
- ★ Maintenir une pression sur la plaie jusqu'à l'arrivée des secours. Utiliser si possible une compresse stérile ou la main, un T-shirt, un torchon, etc. C'est-à-dire tout ce qui peut permettre de maintenir une pression sur la plaie pour ralentir l'hémorragie

PIQÛRES D'INSECTES

Les piqûres de guêpe, d'abeille, de frelon ou de bourdon peuvent causer des rougeurs et des gonflements douloureux, accompagnés de démangeaisons. Les personnes non allergiques ne subissent en général pas de grosses réactions :

- ★ Retirer le dard avec une pincette. Ne pas presser
- ★ Refroidir l'endroit de la piqûre
- ★ En cas d'allergie connue, prendre ses médicaments
- ★ Les piqûres au niveau des lèvres et de la bouche sont globalement dangereuses car les muqueuses peuvent rapidement enfler. Il peut en résulter des difficultés respiratoires. Dans ce cas, appeler le numéro d'urgence 144

Attention !

Les piqûres d'insectes peuvent provoquer un choc allergique : une baisse de la tension et une obstruction des voies respiratoires en sont les conséquences possibles. Dans un tel cas, consulter immédiatement un médecin ou appeler le numéro d'urgence 144 si la situation s'aggrave rapidement.

INGESTION ACCIDENTELLE

Si un adulte ou un enfant âgé de plus d'un an a avalé de travers, retirez le corps étranger le plus vite possible :

- ★ Tousser, tousser et encore tousser
- ★ Appliquer 5 claques sur le dos, paume aplatie, entre les omoplates. Pour ce faire, il convient d'incliner le haut du corps vers l'avant
- ★ Répéter 5 fois la manœuvre de Heimlich : enrroulez de l'arrière les bras autour du ventre et formez un poing, sur lequel vous posez l'autre main. Puis tirez brusquement vos bras vers vous en exerçant une pression vers le haut. Répétez cette manœuvre jusqu'à 5 fois

INTOXICATION

En cas d'intoxication par des plantes, des champignons, des produits chimiques ou autres substances, il est nécessaire d'agir vite. C'est pourquoi, en cas d'intoxication suspectée :

- ★ Déterminer ce qui a été ingéré, quand et dans quelle quantité
- ★ Appeler Tox Info Suisse (145) dans les plus brefs délais et suivre les instructions
- ★ En cas de comportement particulier, de perte de conscience ou de difficultés respiratoires, appeler immédiatement le numéro d'urgence 144
- ★ Emporter, lors de la consultation médicale, la plante, le produit chimique, le champignon ou la substance suspectée d'avoir causé l'intoxication

Attention !

Sauf indication contraire de Tox Info Suisse :

- ★ Ne surtout pas faire vomir
- ★ Ne rien donner à boire, pas même du lait

INGESTION ACCIDENTELLE CHEZ LES BÉBÉS

Premiers secours pour les bébés présentant un risque de suffocation :

- ★ Tenir le bébé le visage vers le bas sur votre cuisse ou votre avant-bras, de telle sorte que sa tête soit en position inférieure à son thorax
- ★ Pour les nourrissons et les petits enfants, donnez cinq claques dans le dos entre les omoplates avec la paume de la main. Le buste doit être penché vers l'avant
- ★ Appuyer avec deux doigts cinq fois au milieu de la poitrine, juste en dessous de la ligne des mamelons
- ★ Répéter le geste jusqu'à ce que le corps étranger soit expulsé ou que l'enfant pleure de manière audible

Attention !

Ne jamais secouer les bébés !

SAIGNEMENTS DE NEZ

Les saignements de nez sont souvent sans gravité et peuvent être aisément stoppés :

- ★ S'asseoir en position verticale. Ceci permet de réduire la pression dans les vaisseaux
- ★ Pencher la tête en avant
- ★ Presser les deux narines pendant 5 à 10 minutes
- ★ Placer une serviette humide sur la nuque. Ne pas utiliser de compresses de glace pour prévenir le risque d'engelures
- ★ Cracher le sang, ne pas l'avaler. Le sang avalé peut provoquer des nausées

Attention !

Si le saignement de nez dure plus de 30 minutes ou si la personne touchée souffre régulièrement de saignements de nez, il est conseillé de consulter un médecin.

BRÛLURES

Feu en plein air, plaques brûlantes, électricité ou liquides bouillants peuvent causer des brûlures :

- ★ Refroidir la zone du corps touchée le plus rapidement possible en la plaçant au moins dix minutes sous l'eau froide
- ★ Ne pas ouvrir les éventuelles cloques
- ★ Protéger la blessure avec un pansement stérile
- ★ Si la blessure nécessite des soins médicaux supplémentaires, vous pouvez la couvrir légèrement avec un film plastique ou un sachet en plastique propre
- ★ Pour les cas graves, appeler le numéro d'urgence 144

Attention !

Une prudence particulière est requise lors du refroidissement de graves brûlures ou brûlures chez les nourrissons et petits enfants, en raison du risque d'hypothermie. Laissez la blessure telle qu'elle est. N'enlevez pas non plus les habits, bijoux, etc. Cela pourrait aggraver la blessure.

FIÈVRE CHEZ L'ENFANT

Règles de base :

- ★ Mesurez régulièrement la température
- ★ Octroyez du calme à l'enfant
- ★ Essayez de faire baisser la fièvre en utilisant des compresses de mollet tièdes (pas froides)
- ★ Veillez à ce que l'enfant boive beaucoup (boissons non sucrées)

Contactez votre médecin de famille dans la journée si :

- ★ d'autres symptômes se manifestent, tels que vomissements ou diarrhée
- ★ la conscience de l'enfant change et s'il ne réagit pas comme d'habitude
- ★ la fièvre chez l'enfant dépasse 39 degrés et dure plus de trois jours
- ★ la fièvre survient après un voyage à l'étranger, des vertiges, des étourdissements ou des difficultés respiratoires
- ★ la fièvre du nourrisson dépasse 38,5 degrés

QUE FAIRE SI :

LA PERSONNE CONCERNÉE EST CONSCIENTE

- ★ Désirs ?
- ★ Saignements ?
- ★ Douleurs ?
- ★ Éventuellement appel d'urgence au 144

LA PERSONNE CONCERNÉE EST INCONSCIENTE MAIS RESPIRE

- ★ Position latérale stable
- ★ Appel d'urgence 144
- ★ Continuer d'observer la respiration jusqu'à l'arrivée des ambulanciers

LA PERSONNE CONCERNÉE EST INCONSCIENTE ET NE RESPIRE PAS

- ★ Appel d'urgence 144
- ★ Réanimation : 30 compressions thoraciques
Appliquez une pression ferme et rapide au centre du thorax de 5-6 cm vers le bas à une fréquence de 100-120 fois par minute, suivie de 2 insufflations. Observez les mouvements visibles de la cage thoracique !
... ou compressions thoraciques seulement, sans insufflations
- ★ En présence d'un défibrillateur (AED) :
Enclencher l'appareil et suivre les instructions

NUMEROS D'URGENCE



144

URGENCE SANTÉ

НЕВІДКЛАДНА МЕДИЧНА ДОПОМОГА

117

POLICE

ПОЛІЦІЯ

118

POMPIERS

ПОЖЕЖНА СЛУЖБА

1414

REGA, SWISS AIR RESCUE

РЕГА, ШВЕЙЦАРСЬКИЙ ПОВІТРЯНИЙ ПОРЯТУНОК

145

TOX INFO SUISSE

ІНФОРМАЦІЯ У РАЗІ ТОКСИКОЗУ

112

NUMÉRO D'URGENCE EUROPÉEN

ЄВРОПЕЙСЬКИЙ НОМЕР ЕКСТРЕНОЇ ДОПОМОГИ