Sauvez des vies

Si vous êtes témoin d'un arrêt cardiaque, déclenchez la chaîne de survie. Les gestes de premier secours réalisés le plus tôt possible augmentent les chances de survie.

Apprenez à reconnaître l'arrêt cardiaque : La victime perd connaissance, tombe ; elle ne réagit pas quand on lui parle et qu'on la stimule.
La victime ne respire plus ou ses mouvements respiratoires sont inefficaces, lents, bruyants et anarchiques.

Appelez le 15 (SAMU) pour donner l'alerte

- décrivez l'état de la victime
- donnez l'adresse précise du lieu où se trouve la victime
- ne raccrochez que si la personne du SAMU vous le dit

Tout citoyen est invité à se former aux gestes de survie.

En France, l'arrêt cardiaque fait 50 000 victimes par an. La majorité des cas surviennent dans la rue, chez soi ou dans des lieux publics... Nous pouvons augmenter le taux actuel de survie de 5 % à 20 % en réalisant les gestes qui sauvent et en utilisant un défibrillateur.

Qu'est-ce qu'un arrêt cardiaque ?

L'arrêt cardiaque est un dysfonctionnement de l'activité du coeur, qui provoque l'arrêt brutal des battements.
La victime perd connaissance, tombe, elle ne réagit pas quand on lui parle, cesse de respirer (sa poitrine ne se soulève pas) et elle n'a plus de pouls.
L'arrêt cardiaque peut être précédé de palpitations ou d'un malaise général, mais il peut aussi survenir brutalement.

Commencez le massage cardiaque

- les mains l'une sur l'autre, au milieu de la poitrine, faites 120 compressions par minute
- si vous savez le faire, pratiquez aussi le bouche-à-bouche, 2 insufflations pour 30 compressions jusqu'à l'arrivée des secours

Quelle est la cause de l'arrêt cardiaque ?

90% des arrêts cardiaques sont d'origine cardiovasculaire.
Le plus souvent, il s'agit d'une fibrillation ventriculaire.
Il existe d'autres causes de l'arrêt cardiaque : noyade, électrisation, intoxication, hypothermie, overdose, insuffisance respiratoire,…

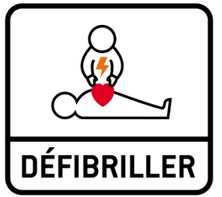
Les gestes élémentaires de survie doivent être faits dans les toutes premières minutes.

Chaque minute perdue diminue les chances de survie de la victime de 10%.

Comment prévenir l'arrêt cardiaque ?

Ne pas fumer, éviter l'alcool, manger équilibré, pratiquer une activité physique régulière, consulter un médecin avant toute pratique sportive.

Défibrillez



- utilisez un défibrillateur automatisé externe si un appareil est disponible à proximité
- laissez vous guider vocalement étape par étape par l'appareil

L'appareil est très simple d'utilisation et sans risque.
Il ne propose ou ne déclenche un choc électrique que si nécessaire après avoir analysé l'activité électrique du cœur.

En quoi consiste la défibrillation ?

La défibrillation est un choc électrique qui rétablit l'activité du coeur.
Le défibrillateur analyse le rythme cardiaque de la victime et délivre un choc si nécessaire.
Son utilisation est simple :

- allumez l'appareil
- placez les électrodes sur la poitrine de la victime
- suivez les instructions orales et les indications écrites sur l'appareil

Objectif :

maintenir la victime en vie jusqu'à l'arrivée des secours.

Tout citoyen peut utiliser le défibrillateur automatique sans risque ou responsabilité de sa part (Décret du 4 mai 2007).

source : toulouse.fr