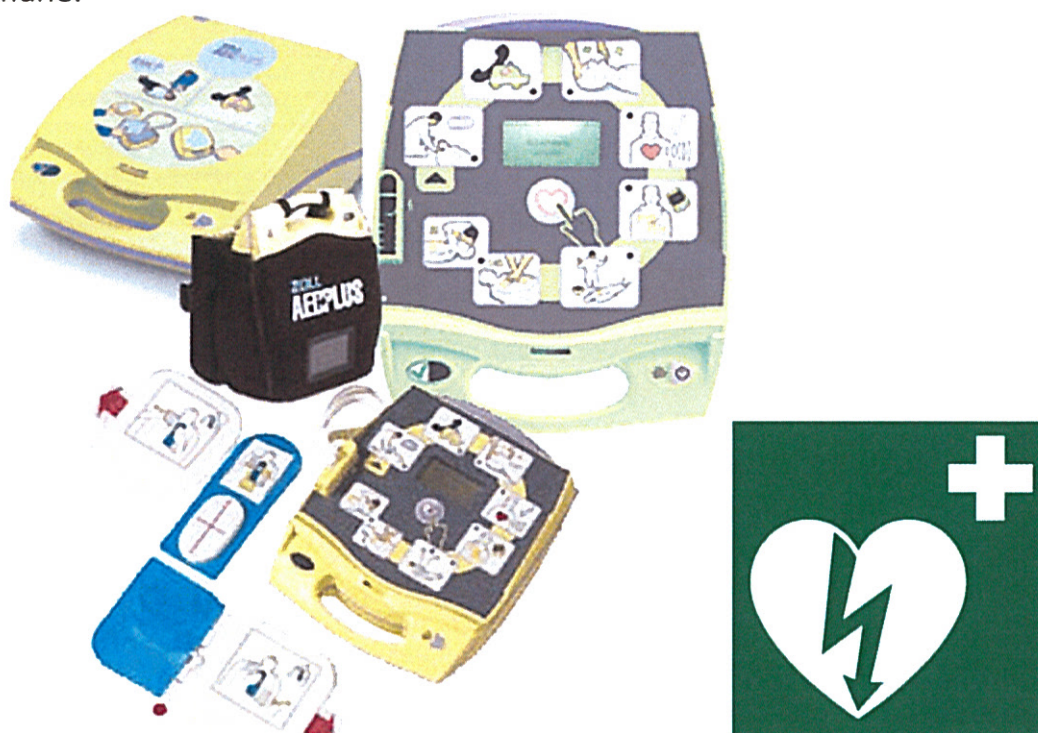


# Premiers secours sans palpitations

---

En Suisse, une urgence cardiaque se produit toutes les heures. Les chances de survie augmentent d'une manière décisive lorsque les premiers secours sont prodigués dans les premières minutes.

Depuis quelques temps déjà, vous avez pu constater que des armoires contenant des défibrillateurs semi-automatiques (DSA) ont fait leur apparition dans notre commune.



Plus l'utilisation de ces appareils est rapide après un arrêt cardiaque, plus les chances de survie de la victime augmentent. C'est pourquoi il est vital de savoir où trouver ces appareils et d'oser s'en servir.

Souvent ces appareils, simples d'utilisation, suscitent injustement la crainte des utilisateurs inexpérimentés. Si vous doutez de votre efficacité, contactez la section des samaritains d'Entremont ([www.samentremont.ch](http://www.samentremont.ch) ou 078/602.20.19) qui organise des cours publics sur l'utilisation de ces appareils.

Dans ces cours, vous apprenez à identifier les symptômes d'un arrêt cardiaque et à introduire les bonnes mesures. Le cours propose de s'exercer à l'utilisation des appareils AED (défibrillateurs), à l'aide d'appareils d'exercice et est également axé sur la pratique des gestes de réanimation.

Quoi qu'il en soit, si une telle situation d'urgence devait arriver, la procédure à adopter est la suivante :

1. Accordez une attention toute particulière à votre sécurité
2. Effectuez les contrôles suivants auprès de la victime :
  - Est-elle consciente (répond-t-elle)?
  - A-t-elle une activité respiratoire ?
3. Si vous constatez une absence de respiration : contactez les secours au numéro 144 et suivez les conseils qui vous seront donnés
4. Si vous connaissez les gestes de la réanimation : débutez un massage cardiaque à une fréquence de 100 compressions par minute
5. Dès que vous disposez d'un défibrillateur semi-automatique, ouvrez le couvercle et pressez sur l'interrupteur
6. Suivez les instructions vocales données par l'appareil
  - Dénudez la poitrine du patient et ouvrez l'emballage contenant les électrodes
  - Collez les électrodes sur la poitrine du patient tel qu'illustré sur l'emballage
  - Si l'appareil le juge nécessaire et vous le propose, pressez sur le bouton central afin de dispenser une défibrillation

👉 Attention, veillez toutefois à ne pas toucher la victime lorsque l'appareil analyse l'activité cardiaque et lorsqu'un choc est dispensé. Evitez également toute utilisation de l'appareil sur des surfaces conductrices (eau, métal,...) ainsi qu'en présence de gaz explosif.

Et surtout n'oubliez pas qu'un jour il pourrait s'agir de votre vie ou de celle d'un de vos proches...

