

3. Secourir

En cas d'étouffement.

1 Observer, protéger



2 Constaté l'obstruction Totale

- Ne parle pas
- Ne respire plus du tout
- Ne tousse pas



Si l'obstruction n'est pas totale, il ne faut faire aucun geste.
Simplement Alerter.

3

5 claques vigoureuses dans le dos

- Abaisser un peu le buste de la victime
- Frapper vigoureusement avec le dos de la main Dans le dos de la victime (entre les deux omoplates)



Si ça ne suffit pas

4

5 compressions abdominales (heimlich)

- Placer son poing au dessus du nombril, sous Les côtes.
- Placer son autre main par dessus son poing.
- Exercer 5 pressions vers l'intérieur et vers le haut.



Si ça ne suffit pas, recommencer avec l'étape 3, puis 4...

3. Secourir

En cas d'inconscience

1 Observer, protéger



2

Vérifier si la victime est consciente

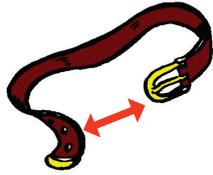
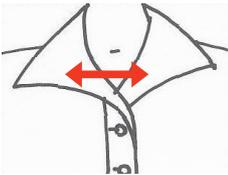
Parler à la victime :
« Vous m'entendez ? »
« Ouvrez les yeux »
« Serrez-moi la main »

Pas de réaction = victime inconsciente

4

Libérer les voix aériennes

1. Détacher la ceinture, le col.
2. Basculer doucement la tête de la victime en arrière



3

Appeler à l'aide

A l'aide !



5

Vérifier si la victime respire bien

1. Coller son oreille à la bouche ouverte de la victime.
Vous devez entendre et/ou sentir sa respiration.



6

Mettre la victime en PLS

PLS → Position Latérale de Sécurité



7

ALERTER



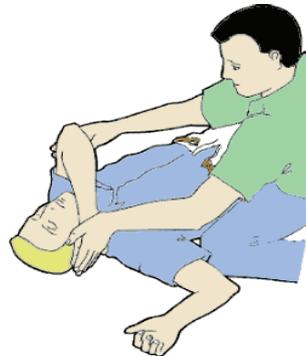
Continuer à surveiller la victime jusqu'à l'arrivée des secours

La PLS

Position Latérale de Sécurité

1

- S'agenouiller à côté de la victime.
- Mettre son bras à angle droit, la main en haut.
- Saisir son autre main et venir la placer sous sa joue opposée.



2

- Garder la main contre sa joue.
- De l'autre main, attraper sa jambe opposée.
- Lever son genou en gardant son pied à terre.
- Se reculer un peu.



3

- Tirer lentement la jambe relevée vers soi, pour la faire basculer et entraîner le reste du corps.
- Enlever sa main qui est sous la tête de la victime en maintenant le coude de la victime.



4

- Fléchir sa jambe du dessus pour faire un angle droit.
- Ouvrir la bouche de la victime.

