

# Guide des Premiers secours *Instructions*

Que faire en cas d'accident ?

FRANÇAIS



WERKSTEIN

# GUIDE DES PREMIERS SECOURS:

## *Que faire en cas d'accident ?*

---

|          |                                                                                   |           |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>Principes de base de recherche de blessés</b>                                  | <b>3</b>  |
| <b>2</b> | <b>Mesures d'urgence vitales :<br/>Les principales étapes pour sauver une vie</b> | <b>4</b>  |
|          | 2.1 Perte de connaissance                                                         | 5         |
|          | 2.2 Position latérale de sécurité                                                 | 6         |
|          | 2.3 Massage cardiaque et respiration artificielle                                 | 7         |
|          | 2.4 Pansement compressif et traitement des plaies                                 | 9         |
|          | 2.5 Positions                                                                     | 10        |
| <b>3</b> | <b>Mesures d'urgence :<br/>Blessures ou accidents graves</b>                      | <b>11</b> |
|          | 3.1 Choc                                                                          | 12        |
|          | 3.2 Fractures osseuse                                                             | 13        |
|          | 3.3 Brûlures chimiques                                                            | 14        |
|          | 3.4 Brûlures                                                                      | 15        |
|          | 3.5 Accidents électriques                                                         | 16        |
| <b>4</b> | <b>Documentation des premiers secours</b>                                         | <b>18</b> |
| <b>5</b> | <b>Kit de premiers secours</b>                                                    | <b>19</b> |

---

# Principes de base de recherche des blessés

- 1 Assurez-vous d'abord de votre propre sécurité.
- 2 Restez calme.
- 3 Sécurisez le lieu de l'accident afin de minimiser les autres risques:
  - Allumez les feux de détresse.
  - Enfilez le gilet de sécurité.
  - Installez le triangle de signalisation (selon l'emplacement à une distance de 50 à 200 m de l'action).
- 4 Envoyez ensuite un constat d'accident aux services d'urgence.

 Appel d'urgence, FR **112**



## RAPPORT D'ACCIDENT :

---

**Qui?** *Donnez votre nom.*

**Où?** *Donnez des informations précises sur le lieu de l'accident.*

**Quoi?** *Décrivez la situation de l'accident.*

**Combien de blessés?** *Indiquez le nombre de blessés.*

**Quelles blessures/maladies?** *Décrivez les blessures/maladies.*

**Attendre les réponses!** *Ne raccrochez jamais avant que les secours ne le fassent en premier.*



# MESURES D'URGENCE VITALES:

*Les principales étapes pour sauver une vie*

# Perte de connaissance



Contrôlez immédiatement les **fonctions vitales**. Pour cela, inclinez la tête vers la nuque et soulevez le menton pour voir si la personne respire normalement.



Vérifiez s'il y a **des corps étrangers** dans la bouche de la personne concernée et retirez-les.



Si **aucune respiration normale** n'est constatée, une réanimation doit être immédiatement entreprise et un appel d'urgence doit être lancé.

## RESPIRATION NORMALE?

Si la respiration est normale, placez le blessé en position latérale de sécurité et appelez les secours !



**Position latérale de sécurité**  
(voir section 2.2)

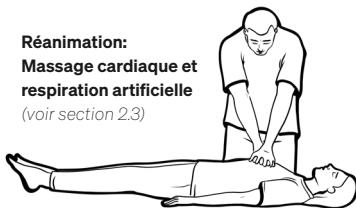


## PAS DE RESPIRATION NORMALE ?

Il y a probablement un arrêt circulatoire. Commencez immédiatement la réanimation et appelez les secours !



**Réanimation: Massage cardiaque et respiration artificielle**  
(voir section 2.3)



# Position latérale de sécurité



**1** Positionnez d'abord la personne inconsciente sur une surface plane.



**2** Saisissez le bras le plus proche de la personne inconsciente et pliez-le vers le haut. La paume de la main est tournée vers le haut.



**3** Placez la main opposée avec la surface de la main sous la joue qui vous fait face et maintenez-la là.



**4** Tirez maintenant la jambe éloignée de la personne inconsciente vers vous avec votre main libre afin de mettre le corps sur le côté. La jambe doit être perpendiculaire à la hanche.



**5** Penchez maintenant la tête en arrière et ouvrez la bouche de la personne concernée afin de libérer ses voies respiratoires.



**6** Couvrez la victime avec une couverture de survie.

**7** Contrôlez constamment la respiration de la personne inconsciente et assurez-vous que sa tête reste dans une position équilibrée.



**Appelez les secours, restez avec la victime et surveillez constamment sa respiration jusqu'à l'arrivée des secours.**

# Massage cardiaque et respiration artificielle

Le massage cardiaque est un geste qui sauve et qui est pratiqué en cas d'arrêt cardiaque.

## → EN CAS D'ABSENCE DE RESPIRATION OU DE RESPIRATION ANORMALE



- 1** Assurez-vous que les voies respiratoires soient dégagées et qu'il n'y ait pas de corps étranger.



- 2** Allongez la personne sur le dos et ouvrez sa bouche.

- 3** Placez une main sur son front et poussez doucement sa tête vers l'arrière pour ouvrir ses voies respiratoires.

- 4** Dégagez la poitrine de la personne concernée et placez une paume de main au centre de la moitié inférieure du sternum.



- 5** Placez la deuxième paume de la main par-dessus et appuyez environ 5 cm verticalement vers le bas sur la poitrine.



**Effectuez les compressions thoraciques 30 fois à une fréquence de 400 à 120 fois par minute**

\* Si un défibrillateur est disponible (DAE), utilisez-le et suivez les instructions de l'appareil.

\* Continuez à faire cela jusqu'à ce que la respiration reprenne ou que les secours arrivent.

## BOUCHE-À-BOUCHE

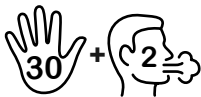


- 1 Pincez le nez de la victime. Pour le bouche-à-bouche, utilisez le tissu de réanimation fourni dans le kit de premiers secours.
- 2 Inspirez profondément et soufflez lentement et fortement de l'air dans la bouche de la personne concernée jusqu'à ce que sa cage thoracique se soulève de manière apparente.
- 3 Attendez quelques secondes et laissez la poitrine de la personne s'abaisser à nouveau.



## BOUCHE À NEZ

- 1 Pincez le nez de la personne concernée
- 2 Inspirez profondément et soufflez lentement et fortement de l'air dans le nez de la personne concernée jusqu'à ce que sa cage thoracique se soulève de manière apparente.
- 3 Attendez quelques secondes et laissez la poitrine de la personne s'abaisser à nouveau.



**Continuer à pratiquer 30 compressions thoraciques et 2 insufflations jusqu'à ce que la**

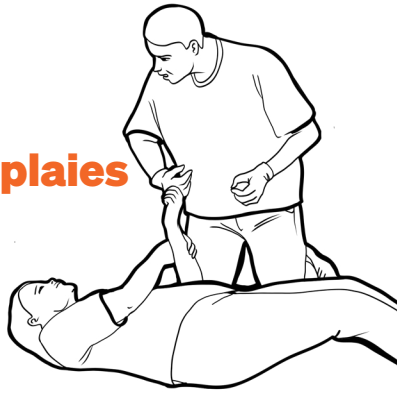


# Pansement compressif et traitement des plaies



**PROTÉGEZ VOUS :**  
Mettez des gants jetables!

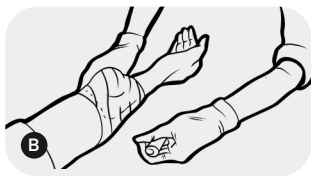
## EN CAS DE SAIGNEMENTS IMPORTANTS



1. Coucher la personne.
2. Appliquer immédiatement un linge propre sur la plaie et appeler les secours.
3. Ensuite, faire un pansement compressif avec deux paquets de bandages :



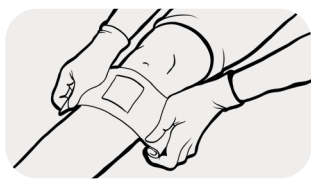
*Poser la compresse du paquet de pansements sur la plaie et la fixer avec deux couches.*



*Fixer le deuxième paquet en tant que coussinet de pression sur la plaie en le tendant de manière circulaire jusqu'à ce que le saignement s'arrête.*

## EN CAS D'AUTRES BLESSURES ET HEMOIGNEMENTS

1. Coucher la personne.
2. Utiliser un pansement stérile pour traiter la plaie de manière aseptique.
3. Fixer le pansement à l'aide de bandes de fixation ou de sparadrap, par exemple.



# Positions



**PROTÉGEZ LE BLESSÉ**  
de la perte de chaleur en l'enveloppant  
dans une couverture de survie.

→ **EN CAS DE BLESSURE  
AU NIVEAU DU  
VENTRE:**

Positionnement avec les  
jambes pliées pour soul-  
ager la paroi abdominale.



→ **EN CAS D'INFARCTUS  
DU MYOCARDE  
OU ATEMNOT**  
**(personne consciente) :**

Positionnement avec le  
haut du corps surélevé.





## MESURES D'URGENCE :

*Blessures ou accidents graves*

# Choc

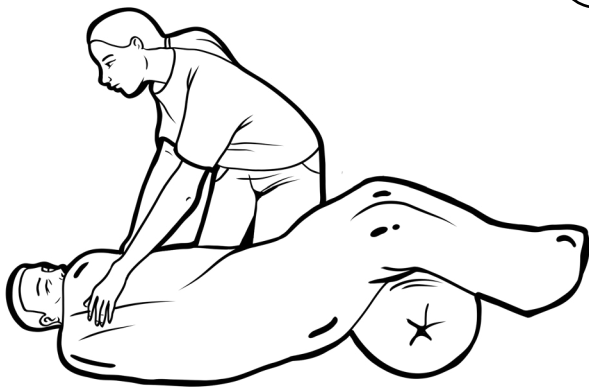
Déclencheurs possibles : douleur, stress psychologique extrême, perte de sang.

## SYMPTÔMES :

- Peau froide et pâle
- Sueur sur le front
- Tremblements
- Pouls faible

## MESURES :

1. Rester calme. Couvrir avec une couverture de survie.
2. Arrêter le saignement (le cas échéant).
3. Mettre en position de choc : surélever les jambes.
4. Contrôler en permanence la conscience et la respiration



Composez le numéro d'urgence et prenez bien en charge la personne concernée jusqu'à l'arrivée des secours.

# Fractures osseuses

## SYMPTÔMES :

- Souvent de fortes douleurs
- Gonflement et ecchymoses
- Adoption d'une position de repos
- Perte de fonction de la partie du corps concernée
- Mobilité réduite ou position anormale

## MESURES :

1. Immobilisation dans la position trouvée.
2. Pas de mouvement de l'endroit de la fracture.
3. En cas de suspicion de lésions de la colonne vertébrale, ne pas modifier la position (si possible).
4. Recouvrir les plaies ouvertes de pansements aseptisés.
5. Refroidir les articulations.



# Brûlures chimiques

## SYMPTÔMES :

- Décoloration de la peau, par exemple taches blanchâtres ou grisâtres
- Douleurs à l'endroit concerné
- Enflure ou formation d'ampoules
- Destruction ou dissolution de tissus
- Brûlures ou démangeaisons



## IMPORTANT :

**Agir rapidement et apporter les premiers secours.**

**Veiller à se protéger en portant des gants de protection et un masque.**

**Prévenir les secours.**

**Ne pas provoquer de vomissements.**

## MESURES :

### Peau

1. Retirer les vêtements brûlés.
2. Rincer abondamment la peau à l'eau claire.
3. Soigner les plaies de manière aseptique.

### Yeux

1. Rincer abondamment à l'eau claire
2. Enlever manuellement les matières solides. Si nécessaire, utiliser un chiffon humide.
3. Appliquer un pansement protecteur stérile.

### En cas d'ingestion

1. Rincer soigneusement la bouche à plusieurs reprises.
2. Administrer de l'eau par petites gorgées.

# Brûlures



1 Extinction **immédiate** de la personne!



2 Enlever immédiatement les vêtements chauds.



3 Refroidir les zones touchées avec de l'eau claire jusqu'à ce que la douleur diminue.



4 Couverture aseptique des plaies avec un pansement pour brûlures.



5 Protéger la victime de la perte de chaleur (couverture de survie).

# Accidents électriques



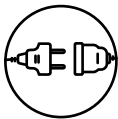
## TÉGEZ-VOUS

**Avant de procéder à un sauvetage, il faut s'assurer qu'il n'y a plus de tension électrique !**

### SYMPTÔMES :

- Perte de conscience ou étourdissement
- Arrêt respiratoire et cardiaque
- Brûlures aux points d'entrée et de sortie du courant électrique
- Crampes musculaires ou paralysie
- Odeur de brûlé ou traces de brûlé

### MESURES :



#### Pour les basses tensions jusqu'à 1000 volts maximum :

1. Couper la source de courant, en éteignant l'appareil ou en le débranchant, par exemple.
2. Signaler par appel d'urgence "accident électrique".

#### Pour les hautes tensions supérieures à 1000 volts et les tensions de courant inconnues:

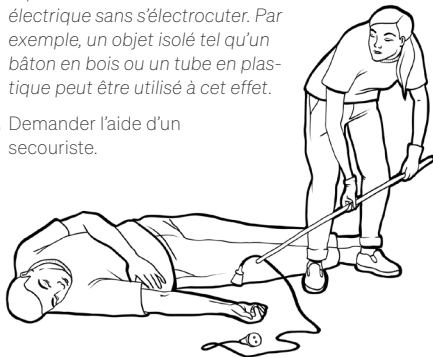
1. Respecter les règles d'autoprotection : se tenir à 5 m de la victime.
2. par appel d'urgence "accident électrique".

3. Si possible, couper la source d'alimentation et débrancher la personne concernée.

*S'il n'est pas possible de couper la source d'électricité, il convient d'essayer de déconnecter*

*la personne concernée du circuit électrique sans s'électrocuter. Par exemple, un objet isolé tel qu'un bâton en bois ou un tube en plastique peut être utilisé à cet effet.*

4. Demander l'aide d'un secouriste.

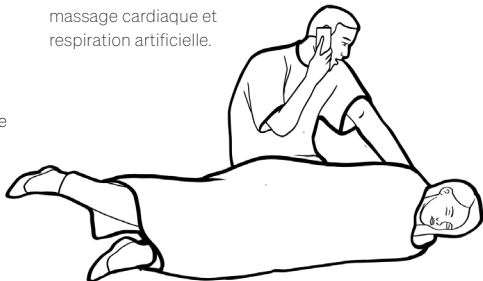




**MESURES DE PREMIERS SECOURS POUR TOUT ACCIDENT ÉLECTRIQUE :**  
**(à utiliser uniquement après interruption du flux de courant)**



- 1** Contrôler l'état de conscience et la respiration. Mettre la personne inconsciente en position latérale de sécurité et maintenir les voies respiratoires libres.
- 2** En cas d'arrêt respiratoire ou cardiaque, pratiquer immédiatement la réanimation avec massage cardiaque et respiration artificielle.
- 3** Traiter les blessures et les brûlures.
- 4** Bien protéger la victime jusqu'à l'arrivée des secours observer et stabiliser



# Documentation de Premiers secours

La documentation relative aux premiers secours doit être conservée pendant au moins cinq ans et contenir les informations suivantes.

## RAPPORT SUR LA CAUSE DU L'ACCIDENT ET LA PERSONNE BLESSÉE



1. Nom de la personne blessée \_\_\_\_\_
2. Date et heure \_\_\_\_\_
3. Département et domaine d'activité \_\_\_\_\_
4. Nom du témoin \_\_\_\_\_
5. la nature et l'étendue de la blessure \_\_\_\_\_
6. le type et l'étendue de la maladie \_\_\_\_\_
7. Déroulement \_\_\_\_\_

## PREMIERS SECOURS — MESURES



1. Nom du secouriste \_\_\_\_\_
2. Date et heure \_\_\_\_\_
3. Mode de fonctionnement du site mesure \_\_\_\_\_
4. Matériel de premiers secours  
utilisé/retiré \_\_\_\_\_

# Liste des contenus de la trousse according to DIN13157



**6 x**  
Pansements de  
bout des doigts

**6 x**  
Pansement  
adhésif  
12,0 x 2,0 cm

**6 x**  
Pansement  
adhésif  
1,9 x 7,2 cm

**12 x**  
Pansement  
adhésif  
2,5 x 7,2 cm



**1 x** Pansement adhésif



**2 x** Bandes de fixation, FB 6



**12 x** Pansements à cicatrisation



**2 x** Bandes de fixation, FB 8



**1 x** Paquet de pansements, K



**2 x** Foulard triangulaire



**3 x** Paquet de pansements, M



**1 x** Ciseaux



**1 x** Paquet de pansements, G



**2 x** Sachet pour amputés



**1 x** Compresse absorbante  
non tissée



**5 x** Tissu non tissé



**3 x** Pansement stérile



**1 x** Gants médicaux jetables  
en PVC



**2 x** Compresse oculaire



**4 x** Lingettes humides



**1 x** Compresse froide instantanée



**2 x** Masques médicaux



**1 x** Couverture de survie  
or/argent



**1 x** Brochure de premiers  
secours

Ce contenu est destiné à permettre les premiers secours professionnels sur les lieux d'un accident et est conçu pour les entreprises administratives et commerciales jusqu'à 50 personnes, les entreprises de fabrication et de transformation jusqu'à 20 personnes, et les chantiers de construction jusqu'à 10 personnes.

Version: 22 July 2024



GAUKE HEALTHCARE CO., LTD., NO. 82, TUANFENG AVENUE, TUANFENG TOWN, TUANFENG,  
HUANG GANG CITY, HUBEI PROVINCE, 438800, P.R.CHINA



PURAWERK GMBH, FLOSSHAFENSTR. 30, 97199 OCHSENFURT, GERMANY