



Ligue Francophone de Recherche et d'Activités Sous-marines



Mémento de Premiers Secours

Etapes Chronologiques d'une réanimation

A	Airway	Libération des voies aériennes
B	Breathing	Bouche à bouche
C	Circulation	Compressions thoraciques
D	Défibrillation	(DSA)
E	Evacuation	

Numéros Utiles

Service de secours d'urgence 112

DAN 0800 123 82 depuis la Belgique

+32 2262 2282 (NOH) depuis l'étranger

+39 06 4211 8685 (DAN Europe) depuis l'étranger

ARENA assistance et rapatriement en Belgique et à l'étranger

+ 32 2 253 69 15

Signes de Pathologie de la Décompression

Signes d'alerte courants

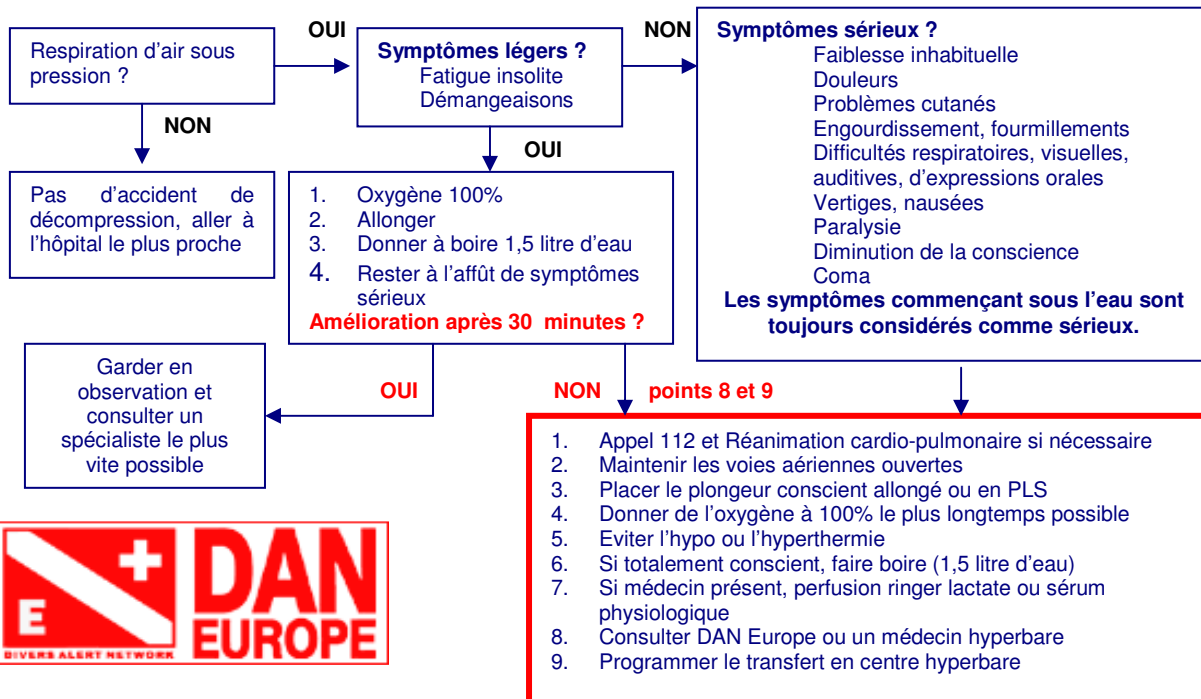
Engourdissement
Douleur
Maux de tête
Etourdissement
Fatigue inhabituelle
Nausées
Difficulté à la marche

Autres signes d'alerte

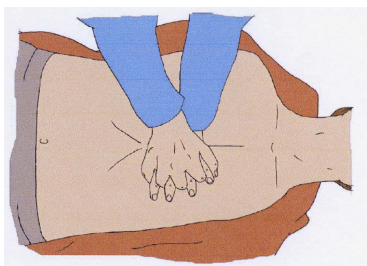
Eruption cutanée/démangeaisons
Troubles des sensations cutanées
Paralysie/perte de force
Troubles de la conscience/agitation
Modification du comportement
Perte de connaissance
Troubles du langage
Sensation de mal être
Arrêt cardio-respiratoire

Troubles vésicaux
Troubles intestinaux
Troubles auditifs
Troubles visuels
Toux sanglante
Spumes
Difficulté respiratoire

EN CAS DE DOUTE : PAS DE DOUTE !
OXYGENE
CONTACTER LES SERVICES SPECIALISES !



30



Ne respire pas normalement tél. 112 puis :

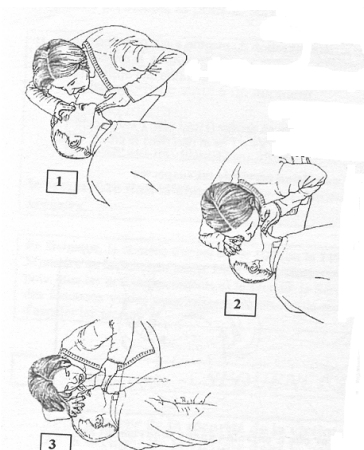
Noyés et enfants commencer par 5 insufflations,
sinon commencer par

Déprimer le sternum de 4 à 5 cm
30 x à un rythme de 100 compressions par minute

Continuer la réanimation jusqu'à :
l'arrivée des secours spécialisés
reprise des signes vitaux
épuisement....

2

- Maintenir la perméabilité des voies aériennes
- Pincer la partie souple du nez
- Dans le mesure du possible éviter le bouche à bouche, utiliser une protection
- Donner 2 insufflations
(le thorax doit se soulever)



noyés et enfants
commencer par

5 insufflations