

## OÙ NOUS TROUVER ?

Votre médecin du travail anime et coordonne une équipe spécialisée.  
Pensez à le contacter.



LES BONS RÉFLEXES  
- 1<sup>ers</sup> secours -

## VOTRE PARTENAIRE PRÉVENTION & SANTÉ AU TRAVAIL

Protection du salarié & Conseils à l'employeur

VOTRE SERVICE DE SANTÉ AU TRAVAIL :

Avec plus de 100 professionnels spécialisés dans la prévention des risques, le suivi individuel des salariés et la promotion de la santé au travail, Santé BTP Normandie est votre interlocuteur privilégié.

INFORMATION | SALARIÉ



**Garder son calme**

Analyser : que s'est-il passé ?  
Le danger est-il persistant ?



**Protéger**

Supprimer ou isoler le danger sans mettre sa vie ou celle des autres en danger

**Examiner**

Parler à la victime  
Identifier si celle-ci est toujours consciente

**Alerter ou faire alerter**

- **15** : Samu
- **18** : Pompiers
- **114** : Appel d'urgence pour sourds et malentendants (appel en visiophonie, envoi de SMS...)
- **112** : Service de secours européen
- **01.40.05.48.48** : Centre antipoison de Paris

**Secourir**

- Rester auprès de la victime, lui parler, la rassurer, la réchauffer
- Mettre en oeuvre les consignes de sécurité indiquées ci-après selon la situation
- Respecter les indications des services de secours
- Ne pas déplacer la victime, sauf s'il existe un risque
- Ne pas faire boire sauf en cas de coup de chaleur

## ÉTOUFFEMENT

**Étouffement partiel** = la victime tousse, parle (avec difficulté).



Ne faites rien, la toux suffira à évacuer le corps étranger.

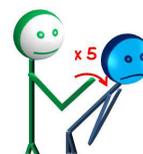
**Étouffement total** = la victime ne peut ni parler, ni tousser.

Donner un maximum de 5 claques dans le dos.

Les claques dans le dos n'ont pas d'effet et vous savez exécuter la manoeuvre de Heimlich : effectuez un maximum de 5 compressions abdominales.

Arrêtez dès que l'objet est expulsé ou que la victime commence à tousser.

Claques dans le dos



Manoeuvre Heimlich



## SAVOIR DONNER L'ALERTE

Conservez son calme, téléphonez soit au  
**18**                      **112**                      **15**

Et précisez clairement :

- Votre identité, le numéro d'appel et le lieu de l'événement
- La nature de l'événement
- Le nombre de victime(s) et leur état
- Les actions déjà engagées
- Un point de rendez-vous pour accueillir les secours



**NE JAMAIS RACCROCHER LE 1<sup>ER</sup>**

### PRODUIT CHIMIQUE DANS L'OEIL



Lavez l'oeil avec de l'eau à 15°C à 15 cm du jet durant le temps indiqué par les services de secours (à minima 15 min).

Protégez l'autre oeil des projections d'eau contaminée.

Préparez la Fiche de Données de Sécurité (F.D.S).

Consultez immédiatement un ophtalmologue.

### ÉGRATIGNURE, COUPURE OU INCRUSTATION D'OBJET DANS L'OEIL



Consultez immédiatement un ophtalmologue.



Ne pas se frotter les yeux.



Ne pas tenter d'enlever ou de déplacer l'objet incrusté dans l'oeil.

### PIQÛRE D'INSECTE



En cas de réaction allergique violente, appelez le 15 ou le 112.

Pour les piqûres mineures, retirez la partie visible du dard ou de l'aiguillon avec précaution.

Désinfectez et appliquez un pansement stérile.

### MALAISE & PERTE DE CONNAISSANCE

Allongez confortablement la victime. En cas de gêne respiratoire l'installer en position assise. Si la victime adopte spontanément une autre position, la laisser dans cette position.



Desserrez ses vêtements en cas de gêne.

Si elle est inconsciente, placez la victime en Position Latérale de Sécurité (PLS) et donner l'alerte.



Ne pas faire boire.

### CHOC OU CHUTE



Ne pas bouger la victime.

Couvrez la victime pour la maintenir au chaud, la tenir éveillée.

Donnez l'alerte. Ne pas la faire boire.

### PLAIE SUPERFICIELLE, ÉCORCHURE



Lavez vos mains et portez des gants.

Désinfectez la plaie (éviter le contact de la plaie avec du matériel non propre).

Appliquez un pansement adhésif propre et stérile sans en toucher la face intérieure.

## PLAIE IMPORTANTE

### Saignement peu important

Portez des gants.

Évitez le contact de la plaie avec du matériel non propre, appliquez un pansement ou un paquet de compresses sans en toucher la face intérieure.

Quand les saignements cessent, fixez la compresse à l'aide d'un bandage en maintenant une bonne pression.

 Ne jamais soulever la compresse pour «vérifier l'état de la blessure».



### Saignement important

Portez des gants.

S'il n'y a pas présence de corps étranger : comprimez immédiatement avec la paume de la main ou avec un pansement compressif.

Élevez le membre blessé au dessus du niveau du coeur.

Ne pas intervenir s'il y a présence de corps étranger ou en cas de fracture ouverte : alertez les secours.

 Jamais de garrot sauf en cas extrême (autre geste vital à réaliser, plusieurs victimes à gérer...) et seulement si vous êtes formé à la réalisation de ce geste .

## SECTION DE MEMBRE

### Section partielle

Portez des gants.

Immobilisez le membre selon les souhaits de la victime afin de la soulager. Si possible, le surélever.

Enveloppez le membre avec un pansement compressif.



### Section complète

Portez des gants.

Enveloppez l'extrémité amputée dans un pansement compressif et la surélever si possible.

Mettez le segment sectionné aussitôt dans une compresse propre et le conserver dans un sac en plastique hermétique entre 5 et 15°C.

 Ne jamais placer le segment sectionné directement sur des glaçons.

 Jamais de garrot sauf en cas extrême et seulement si vous êtes formé à la réalisation de ce geste.

## COUP DE CHALEUR

Amenez la victime dans un endroit ombragé, frais et aéré.

Si possible, mesurez la température pour transmettre au secours.

Faites baisser la température corporelle (serviettes humides).

Tentez de faire boire de l'eau fraîche si la victime est consciente.

Mettez la personne en position latérale de sécurité si elle est inconsciente.



## BRÛLURE THERMIQUE

Refroidissez immédiatement les zones brûlées pour neutraliser l'effet de la chaleur.

### Petites brûlures peu étendues

Placez la zone brûlée sous l'eau à 15°C à 15 cm du jet pendant 15 minutes (règle des trois 15).

Désinfectez. Protégez par un pansement stérile.

### Brûlures étendues

Allongez le blessé.

Placez la zone brûlée sous l'eau à 15°C à 15 cm du jet durant le temps indiqué par les services de secours (à minima 15 mn).

Couvrez les autres parties du corps de la victime afin d'éviter l'hypothermie du blessé.

 Ne surtout pas enlever les vêtements.



## BRÛLURE CHIMIQUE

Rincez les zones contaminées pour neutraliser l'effet du produit.

Faites déshabiller la victime du haut vers le bas afin de retirer les vêtements imprégnés et chaussures.

Placez la zone brûlée sous l'eau à 15°C à 15 cm du jet durant le temps indiqué par les services de secours (à minima 15 mn).

Préparez la Fiche de Données Sécurité du produit en cause et la donner aux services de secours.

