

Pascal CASSAN – Caroline CROSS

Guide des premiers secours à la maison

© Groupe Eyrolles, 2005
ISBN : 2-7081-3578-3

EYROLLES



Table des matières



| | |
|-----------------------|----|
| Préface | V |
| Sommaire | VI |



Dans la cuisine

| | |
|---|--------|
| Les brûlures | 3 |
| Pourquoi ? | 3 |
| Comment les éviter ? | 3 |
| Que faire ? | 4 |
| <i>Face à une brûlure simple</i> | 4 |
| <i>Face à une brûlure grave</i> | 5 |
| Les produits ménagers | 7 |
| Pourquoi ? | 7 |
| Comment les éviter ? | 7 |
| Que faire ? | 8 |
| <i>En cas d'absorption d'un produit toxique</i> | 8 |
| <i>En cas d'inhalation d'un produit toxique</i> <i>au niveau des voies respiratoires</i> | 9 |
| Le feu | 11 |
| Pourquoi ? | 11 |
| Comment l'éviter ? | 12 |
| Que faire ? | 13 |
| <i>En cas de feu dans une poêle</i> | 13 |
| <i>En cas de feu dans l'appartement</i> | 14 |
| <i>En cas de feu sur une personne</i> | 16 |

| | |
|---|----|
| L'intoxication alimentaire | 17 |
| Pourquoi ? | 17 |
| Comment l'éviter ? | 18 |
| Que faire ? | 19 |



Dans la salle de bains

| | |
|--|----|
| La noyade | 23 |
| Pourquoi ? | 23 |
| Comment l'éviter ? | 23 |
| Que faire ? | 24 |
| <i>Si l'enfant est inconscient et ne respire plus</i> | 24 |
| <i>Si l'enfant est inconscient et respire</i> | 25 |
| <i>Si l'enfant est conscient</i> | 25 |
| La position latérale de sécurité | 25 |
| <i>Libérez les voies aériennes</i> | 25 |
| <i>Placez la victime sur le côté,</i> <i>en position latérale de sécurité (PLS)</i> | 26 |
| L'électrisation | 29 |
| Pourquoi ? | 29 |
| Comment l'éviter ? | 30 |
| Que faire ? | 30 |
| <i>La réanimation cardio-pulmonaire</i> | 31 |



Dans le salon ou la salle à manger

| | |
|--|----|
| L'étouffement chez l'adulte | 39 |
| Pourquoi ? | 39 |
| Comment l'éviter ? | 39 |

| | |
|---|----|
| Que faire ? | 40 |
| <i>La victime respire encore</i> | 40 |
| <i>La victime ne respire plus</i> | 40 |
| <i>La victime perd connaissance</i> | 42 |
| L'étouffement chez l'enfant | 44 |
| Pourquoi ? | 44 |
| Comment l'éviter ? | 45 |
| Que faire ? | 46 |
| <i>Les tapes dans le dos</i> | 46 |
| <i>Les compressions de la poitrine</i> | 46 |
| <i>Retirez le corps étranger de la bouche de l'enfant</i> | 47 |
| <i>Surveiller la respiration</i> | 47 |
| Le bris de vitres | 49 |
| Pourquoi ? | 49 |
| Comment l'éviter ? | 49 |
| Que faire ? | 50 |
| <i>Hémorragie du membre supérieur</i> | 50 |
| <i>Hémorragie du membre inférieur</i> | 51 |
| <i>Le garrot</i> | 51 |
| Le traumatisme sur la table de salon | 53 |
| Pourquoi ? | 53 |
| Comment l'éviter ? | 53 |
| Que faire ? | 54 |



Dans la chambre

| | |
|--|----|
| L'intoxication médicamenteuse | 59 |
| Pourquoi ? | 59 |
| Comment l'éviter ? | 60 |
| Que faire ? | 61 |
| <i>Chez l'enfant</i> | 61 |
| <i>Chez l'adulte</i> | 62 |

| | |
|---|----|
| L'intoxication par produit toxique | 63 |
| Pourquoi ? | 63 |
| Comment l'éviter ? | 63 |
| <i>Attention aux jouets !</i> | 64 |
| <i>Attention à la colle et aux substances en aérosols !</i> | 64 |
| <i>Attention aux produits de beauté !</i> | 65 |
| <i>Attention aux plantes d'intérieur !</i> | 66 |
| <i>Attention à tous les produits toxiques de la maison !</i> | 67 |
| <i>Comment éviter ces accidents domestiques ?</i> | 67 |
| Que faire ? | 68 |
| | |
| La chute du lit, de la table à langer ou d'un autre meuble ... | 69 |
| Pourquoi ? | 69 |
| Comment l'éviter ? | 70 |
| Que faire ? | 71 |
| | |
| L'étouffement | 72 |
| Pourquoi ? | 72 |
| Comment l'éviter ? | 73 |
| Que faire ? | 74 |
| <i>En cas d'étouffement</i> | 74 |
| <i>En cas d'arrêt respiratoire</i> | 76 |



Dans l'escalier

| | |
|---|----|
| La fracture d'un membre | 79 |
| Pourquoi ? | 79 |
| Comment l'éviter ? | 79 |
| Que faire ? | 80 |
| <i>Fracture du membre supérieur</i> | 80 |
| <i>Fracture du membre inférieur</i> | 81 |
| <i>En cas de fracture ouverte</i> | 81 |

| | |
|------------------------------------|----|
| Le traumatisme du dos | 82 |
| Pourquoi ? | 82 |
| Comment l'éviter ? | 82 |
| Que faire ? | 83 |



Le garage

| | |
|---|--------|
| Les plaies | 87 |
| Pourquoi ? | 87 |
| Comment les éviter ? | 87 |
| Que faire ? | 87 |
| <i>En cas de plaie simple</i> | 87 |
| <i>En cas de plaie grave</i> | 88 |
| <i>Cas particuliers</i> | 90 |
| Les hémorragies | 91 |
| Pourquoi ? | 91 |
| Comment les éviter ? | 91 |
| Que faire ? | 92 |
| <i>En cas de saignement simple</i> | 92 |
| <i>En cas de saignements compliqués</i> | 93 |
| <i>Cas particulier de l'utilisation d'un garrot</i> | 94 |
| L'intoxication par le monoxyde de carbone | 96 |
| Pourquoi ? | 96 |
| Comment l'éviter ? | 96 |
| Que faire ? | 97 |
| <i>Avoir les bons réflexes</i> | 97 |
| <i>Si la victime est consciente</i> | 97 |
| <i>Si la victime est inconsciente et qu'elle respire</i> | 98 |
| <i>Si la victime est inconsciente et qu'elle ne respire pas</i> | 99 |



Sur le balcon et à la fenêtre

| | |
|--|-----|
| La défenestration | 103 |
| Pourquoi ? | 103 |
| Comment l'éviter ? | 103 |
| Que faire ? | 104 |
| <i>La victime parle</i> | 104 |
| <i>La victime ne parle plus</i> | 104 |
| <i>La victime ne parle plus et ne respire plus</i> | 104 |
| L'intoxication par les plantes | 107 |
| Pourquoi ? | 107 |
| Comment l'éviter ? | 108 |
| Que faire ? | 109 |



Dans le jardin

| | |
|--|-----|
| Les brûlures dues au barbecue | 113 |
| Pourquoi ? | 113 |
| Comment les éviter ? | 113 |
| Que faire ? | 115 |
| Les plaies | 116 |
| Pourquoi ? | 116 |
| Comment les éviter ? | 116 |
| Que faire ? | 117 |
| <i>En cas de plaie simple</i> | 117 |
| <i>En cas de plaie grave</i> | 118 |

| | |
|--|-----|
| La section d'un membre | 120 |
| Pourquoi ? | 120 |
| Comment l'éviter ? | 120 |
| <i>Avant la tonte</i> | 120 |
| <i>Consignes d'utilisation</i> | 121 |
| Que faire ? | 122 |
| | |
| Toboggans et jeux de plein air | 124 |
| Pourquoi ? | 124 |
| Comment éviter les accidents ? | 124 |
| Que faire ? | 125 |
| <i>Si l'enfant parle</i> | 125 |
| <i>Si l'enfant ne parle pas mais respire</i> | 126 |
| <i>Si l'enfant ne parle pas et ne respire plus</i> | 126 |
| <i>Cas particulier de certaines chutes</i> | 126 |
| | |
| Les engins à roues | 128 |
| Pourquoi ? | 128 |
| Comment éviter les accidents ? | 128 |
| Que faire ? | 129 |
| <i>Traumatisme du dos, de la nuque ou de la tête</i> | 129 |
| <i>Traumatisme d'un membre</i> | 130 |



La piscine

| | |
|---|-----|
| La noyade | 133 |
| Pourquoi ? | 133 |
| <i>Ce que vous impose la loi 2003-9 du 3 janvier 2003</i> <i>relative à la sécurité des piscines</i> | 134 |
| Comment l'éviter ? | 134 |
| Que faire ? | 135 |
| <i>Quand la victime est consciente</i> | 137 |
| <i>Quand la victime est inconsciente et qu'elle respire</i> | 137 |
| <i>Quand la victime est inconsciente et qu'elle ne respire pas</i> | 137 |

| | |
|--|-----|
| L'hydrocution | 139 |
| Pourquoi ? | 139 |
| Comment l'éviter ? | 139 |
| Que faire ? | 140 |
| <i>Quand la victime est inconsciente et respire</i> | 140 |
| <i>Quand la victime est inconsciente et ne respire pas</i> | 140 |



Avec les insectes et les animaux

| | |
|--|-----|
| Les piqûres d'insecte | 145 |
| Pourquoi ? | 145 |
| Comment les éviter ? | 145 |
| Que faire ? | 146 |
| Les morsures | 147 |
| Pourquoi ? | 147 |
| Comment les éviter ? | 147 |
| Que faire ? | 148 |
| <i>En cas de plaie superficielle</i> | 148 |
| <i>En cas de plaie grave</i> | 148 |
| <i>Dans tous les cas</i> | 148 |



En bref

| | |
|---|-----|
| Soutien psychologique et accident domestique | 151 |
| Pourquoi ? | 151 |
| Que faire ? | 152 |
| Les pictogrammes de danger européens | 153 |
| Les centres antipoison | 155 |

| | |
|--|-----|
| Intoxication : mode d'emploi | 157 |
| Si la victime est consciente | 157 |
| Si la victime est inconsciente | 157 |
| Quelques produits sécurisants | 159 |
| Pour éviter chutes et blessures | 159 |
| Pour éviter les intoxications | 159 |
| Pour éviter les brûlures | 160 |
| Pour éviter les électrisations | 160 |
| Pour éviter les incendies | 160 |
| Quelques sites utiles | 161 |



Quiz

| | |
|---|-----|
| À chaque situation, le bon geste | 163 |
|---|-----|