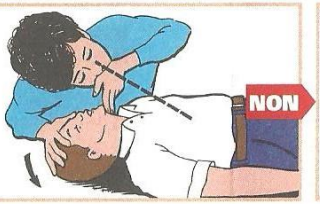
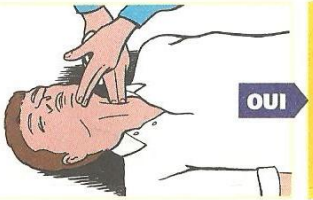
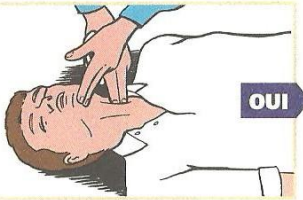
SACHEZ FAIRE LES GESTES QUI SAUVENT

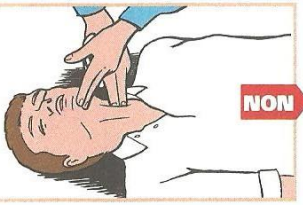
Chaque fois qu'un parent, un ami, un collègue de travail ou toute autre personne, est victime d'un malaise ou d'un accident

	Répond-il ?	Respire-t-il ?	A-t-il un pouls ?	Agissez le plus rapidement possible
1	OUI	OUI	OUI	**1.** Ne changez pas sa position mais veillez à le protéger. **2.** Appelez à l'aide si nécessaire ☎ **15** **3. Surveillez-le !**
2	NON	OUI	OUI	**1. Installez-le en Position Latérale de Sécurité** (tête basculée prudemment en arrière) et vérifiez qu'il respire librement. *Prudence s'il s'agit d'un traumatisé (accident de circulation, chute...). **2. Appelez à l'aide et ☎ 15** **3. Surveillez-le !**
3	NON	NON	OUI	**1. Libérez les voies aériennes :** - Vérifiez l'absence de corps étranger dans la bouche. - Basculez prudemment la tête en arrière en soulevant le menton pour ouvrir les voies respiratoires. **2. Faites 2 insufflations** Bouche à bouche (ou bouche à nez)* en soufflant lentement (2 secondes chaque fois). **3. Criez "à l'aide" et ☎ 15** **4. Continuez les insufflations (10 par minute).**
4	NON	NON	NON	**1. Criez "à l'aide" et immédiatement ☎ 15** **2. Débutez la R.C.P.** - Libérez les voies aériennes et faites **10 insufflations par mn.** - Si vous avez appris, associez un Massage Cardiaque Externe (au moins 60 compressions thoraciques par mn) en alternant : - si vous êtes seul, 2 insufflations pour 15 compressions, - si vous êtes deux, 1 insufflation pour 5 compressions, et ne vous arrêtez pas jusqu'à l'arrivée des secours.









REANIMATION CARDIO-PULMONAIRE (R-C-P-)

*Aucun risque de contamination virale n'a été formellement démontré à ce jour.
Nous vous conseillons néanmoins d'utiliser un des dispositifs de protection commercialisés.

Quelques heures de formation suffisent pour apprendre les gestes qui sauvent une vie.
Adressez-vous à :
La Croix Rouge Française, la Fédération Nationale de Protection Civile, les Sapeurs Pompiers et les autres Organismes de Formation de Secourisme agréés.

Fédération Française de Cardiologie / Gilles CHAUSSINAND conseil - Reproduction interdite - Tous droits réservés.