



Que faire si quelqu'un s'écroule devant vous ?

- 1 - Soyez le plus calme possible !
- 2 - Agenouillez-vous à côté de la victime, vérifiez si elle est ou non consciente en lui posant des questions simples (« ouvrez les yeux ») ou en demandant une réponse à un geste simple (« serrez-moi la main »).
- 3 - Si elle est inconsciente, vérifiez qu'elle respire en vous rapprochant de sa bouche ou de son nez pour savoir si vous sentez son souffle sur votre joue et si le thorax se soulève.
- 4 - Si elle est inconsciente et qu'elle ne respire pas, appelez immédiatement le 112 ou le 15.
- 5 - Si vous avez appris les gestes de premiers secours, vous pouvez commencer tout de suite la ventilation et le massage cardiaque associé.
- 6 - S'il y a à proximité un défibrillateur semi-automatique (capable de détecter les troubles du rythme cardiaque éventuels ou de confirmer l'arrêt du cœur et de la respiration) :
 - si vous avez appris à l'utiliser, servez-vous-en.
 - si vous ne savez pas l'utiliser, ne vous focalisez pas sur cet appareil mais alertez une personne compétente ou des secours d'urgence, c'est essentiel.

Apprendre les gestes de premiers secours et l'utilisation de ces défibrillateurs est facile et à la portée de tous. Il suffit de suivre une formation de quelques heures auprès d'organismes agréés, dont la Croix Rouge.

Source : entretien le 2 septembre 2011 avec le Dr Catherine Burugorri-Pierre, Commandant des Sapeurs Pompiers de Biscarrosse



Le Dico du doc

Arrêt cardiaque

Arrêt des battements du cœur pour des causes très variées mais surtout dues au cœur (infarctus du myocarde, perturbations du fonctionnement, etc.).

Dans de nombreux cas, l'arrêt cardiaque est précédé d'une période de quelques minutes pendant laquelle le cœur bat de façon rapide et anarchique.

Pendant ce court laps de temps, on peut régulariser le rythme cardiaque en provoquant une brève décharge électrique grâce à un défibrillateur semi-automatique (DSA). Le programme informatique dont il est équipé permet à cet outil de vous expliquer au fur et à mesure ce qu'il faut faire, tout en mesurant la façon dont le cœur bat encore.

De nombreuses victimes ont pu être sauvées grâce à un DSA placé à proximité. Apprendre à l'utiliser est facile, il suffit de faire l'effort de se former. Depuis quelques années, tant les pouvoirs publics qu'un grand nombre de structures privées ont acheté et implanté des DSA un peu partout. Pour que cet effort porte ses fruits et permette de sauver beaucoup d'autres vies, il faut qu'un grand nombre de personnes apprenne à les utiliser.

Nous pouvons tous y contribuer.

Source : Open Rome et Conseil scientifique MFPS, ISPED Bordeaux

Météo antibio

Risques

- Grippe très faible
- Bronchiolite très faible
- Inf respiratoire faible
- Gastro-entérite modéré
- Allergies pollens élevé (ambroisie)

Source : <http://www.grog.org>

et <http://www.pollens.fr>

Un peu d'exotisme...

Chine, Vietnam

Réapparition de la grippe aviaire A(H5N1) dans les poulaillers d'Extrême-Orient. Chez les oiseaux sauvages, c'est l'époque des migrations et l'épizootie (épidémie animale) pourrait s'étendre dans les pays voisins (Cambodge, Thaïlande...).

Région Autonome du Xinjiang (Chine)

Quelques cas de poliomyélite sont signalés dans cette région dite autonome. Les virus en cause sont similaires à ceux qui circulent actuellement au Pakistan et au Tadjikistan, deux pays frontaliers.

Partout dans le monde

L'OMS constate que le tabac :

- tue chaque année environ 5 millions de fumeurs et 600.000 non fumeurs exposés à la fumée du tabac des fumeurs.
- finit par tuer presque la moitié de ceux qui en consomment.

Sources : www.who.int, InVS, Open Rome.