



URILCO33

ASSOCIATION DES STOMISES DE LA GIRONDE

Numéro 83
Septembre 2023
urilco33@outlook.com
urilco33.org

PETITE GAZETTE URILCO33

Dans ce numéro :



Bienvenue. Les gestes qui sauvent en cas d'arrêt cardiaque.	1
Présentation par le Docteur VAZEL. Une médecine de proximité	2
Une médecine de proximité (suite). Pause goûter. Actualités.	3
Actualités (suite).. Déplacements bureau.	4
Déplacements bureau (suite). Anniversaires	5
Tarifs annuels Adhésions	6
Citation.	
Prochaine Réunion.	
Logos.	

Bonjour à tous,

Aujourd'hui jour de rentrée, toute l'équipe d'URILCO33 se joint à moi pour vous souhaiter la bienvenue en vous disant que vous nous avez manqué.

Nous espérons que pendant ces 2 mois d'été, vous n'avez pas trop souffert de la canicule et des caprices de la météo.

Nous sommes ravis d'accueillir notre invité du jour :

Le Docteur Pierre VAZEL, délégué régional de l'Association de Cardiologie d'Aquitaine qui nous présentera les gestes qui sauvent en cas d'arrêt cardiaque.

LES GESTES QUI SAUVENT EN CAS D'ARRÊT CARDIAQUE

1mn CHAQUE MINUTE COMPTE !
1 minute de perdue = 10% de chance de survie en moins

Chez vous, au travail, dans la rue
Osez intervenir, votre rôle est là
Formez-vous aux gestes qui sauvent

APPELER les secours
DANS TOUS LES CAS :
► Appelez le 15 (SAMU)
► Décrivez la situation
► Répondez aux questions qui vous sont posées
► Donnez l'adresse précise (numéro, rue, code de l'immeuble, étage...)
► Ne raccrochez pas avant que votre interlocuteur ne vous le dise

FORMEZ-VOUS aux gestes qui sauvent : une heure suffit !
POUR EN SAVOIR PLUS : www.fedecardia.org

La victime se plaint d'une forte douleur dans la poitrine mais continue à parler.
La victime est consciente et respire
" Ça va ? "
" Ne bougez pas "

► Allongez-la dans un endroit sûr.
► Posez-lui les bonnes questions : depuis combien de temps ressentez-vous cette douleur ? Est-ce la première fois ? Prenez-vous des médicaments ?
► Appelez le 15 (SAMU).
► Rassurez-la.

La victime ne répond pas aux questions, ne bouge pas. Vérifiez sa respiration : près de sa bouche et au niveau de la poitrine (elle se soulève).
La victime est inconsciente et elle respire

1 ► Basculez sa tête en arrière et tirez le menton vers le haut pour éviter que sa langue ne gêne sa respiration.

2 ► Tournez-la sur le côté (position latérale de sécurité).
► Appelez le 15 (SAMU).
► Surveillez-la, en particulier sa respiration, jusqu'à l'arrivée des secours.

APPELER les secours

Ce document n'a pas vocation à remplacer une formation.

si quelqu'un a un malaise ou s'effondre, inconscient... c'est peut-être un arrêt cardiaque. Il y a urgence !
sentiel, vous pouvez sauver une vie ! Etre prêt quand le moment se présente permet d'agir avec sang-froid et efficacité.
ils sauvent !

La victime est inconsciente ; elle ne respire pas ou de façon anormale*
* Dans ce cas, les mouvements respiratoires sont inefficaces, lents, bryants et anarchiques (= gasps). Agissez immédiatement.

1 ► **APPELER les secours**
1. Appelez le 15 (SAMU).

2 ► **MASSER la victime**
Commencez le massage cardiaque : 100 compressions par minute, soit 2 par seconde. Enfoncez les mains de 5 à 6 cm au milieu du thorax.
► Si vous savez le faire, pratiquez 2 insufflations (bouche-à-bouche) toutes les 30 compressions thoraciques.

3 ► **UTILISER un défibrillateur**
Si un défibrillateur est à disposition, utilisez-le immédiatement en suivant les instructions. L'appareil fait lui-même le diagnostic et délivre le choc si nécessaire, en demandant ou non d'appuyer sur un bouton selon les modèles.

Qu'est-ce qu'un défibrillateur ?
► Un défibrillateur automatisé externe - DAE - est un appareil qui, en délivrant un choc électrique ou « défibrillation », permet de rétablir l'activité du cœur.
► Portable, il fonctionne sur batterie et est équipé de deux électrodes à placer sur le thorax de la victime.

Comment utiliser un défibrillateur ?
► C'est simple et sans danger. Il suffit de suivre les indications délivrées par l'appareil, grâce à des commandes vocales.
► Des schémas figurent dans l'appareil et sur les électrodes pour faciliter leur utilisation.

Mot de la Présidente

« Ne vous posez pas de questions pour demain lorsque vous êtes encore aujourd'hui. Vivez l'instant présent. »