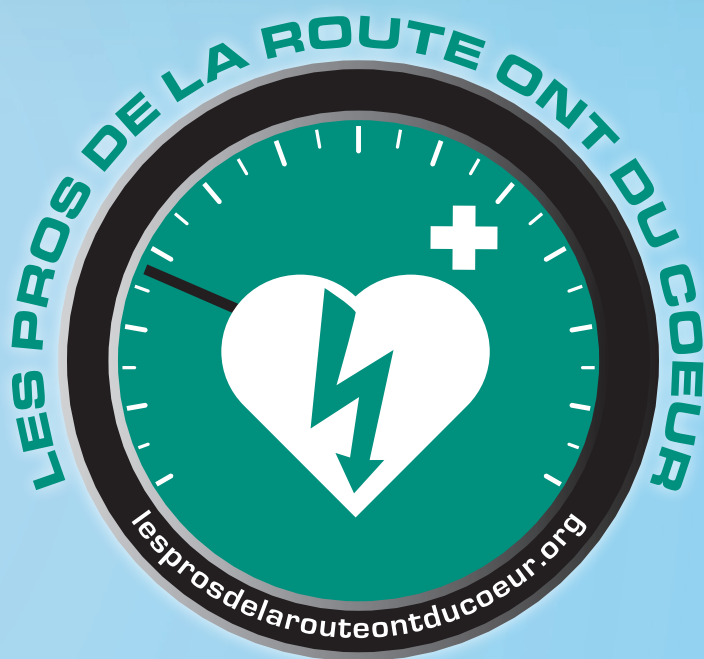


LES PROS DE LA ROUTE ONT DU CŒUR

Initiation
aux gestes
qui sauvent
pour lutter contre
l'arrêt cardiaque



Une action portée par



Aidez-nous à sauver des vies !

L'ARRÊT CARDIAQUE

En cas d'arrêt cardiaque, le temps est un élément décisif, il conditionne les chances de survie.

Au delà de 4 minutes, on estime que pour chaque minute écoulée, les chances de survie diminuent de 10%. Sans oxygénation, le cerveau peut être gravement endommagé et présenter par la suite de lourdes séquelles.

En moins de 10 minutes sans réanimation, le pronostic vital de la victime peut donc être fatal.

Compte tenu du temps nécessaire aux secours pour arriver sur le lieu de l'accident, il est indispensable que les témoins d'un arrêt cardiaque puissent appeler les secours et démarrer la réanimation de la victime en pratiquant le massage cardiaque.



COMMENT RECONNAÎTRE UN ARRÊT CARDIAQUE ?

La victime d'un arrêt cardiaque perd connaissance brutalement. Elle tombe et ne réagit pas aux stimulations. Elle ne respire pas ou présente des mouvements respiratoires désordonnés et inefficaces.

La perte de connaissance peut être précédée de signes évocateurs d'un infarctus du myocarde tels qu'une douleur thoracique type serrement ou oppression. Il survient le plus souvent sans prévenir.

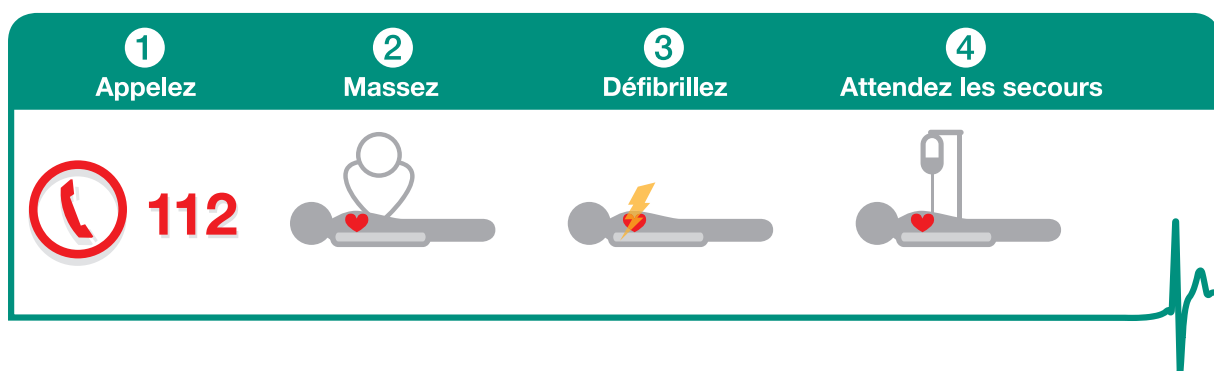


lesprosdelarouteontducoeur.org



AGIR

LA CHAÎNE DE SURVIE



1 APPELEZ

Dès que vous avez constaté que la victime est inconsciente et ne respire pas, vous devez appeler les secours en composant le 112 (numéro européen).

2 MASSEZ

La victime doit être allongée sur le dos sur un plan dur.

Agenouillez-vous à ses côtés et posez les mains l'une sur l'autre en appuyant avec le talon de la main sur le sternum au milieu de la poitrine, bras tendus.

Vos épaules doivent être dans l'alignement de vos mains.

Effectuez des compressions à la fréquence de 100 à 120 par minute, en utilisant votre poids de façon à enfoncer le sternum de 5 à 6 cm.

3 DÉFIBRILLEZ

Dès l'arrivée d'un défibrillateur automatisé externe (DAE), ouvrez-le, mettez en place les électrodes sur le thorax de la victime à même la peau et suivez les instructions vocales.

L'utilisation d'un DAE ne nécessite aucune formation, c'est un appareil très simple à utiliser et sans aucun danger pour vous ou la victime.

Associée au massage cardiaque, l'utilisation d'un défibrillateur multiplie par 10 la probabilité de sauver la victime.

4 ATTENDEZ LES SECOURS

Laissez les électrodes en place et continuez le massage cardiaque si nécessaire en attendant l'arrivée des secours.

PROFESSIONNELS DU TRANSPORT ET PASSAGERS,

VENEZ VOUS INITIER AUX GESTES QUI SAUVENT
ET À L'UTILISATION D'UN DÉFIBRILLATEUR.

Nous vous attendons sur les différentes
étapes de l'opération.

Pour plus d'information rendez-vous sur

www.lesprosdelarouteontducoeur.org

LES PROS DE LA ROUTE ONT DU CŒUR

LES 29 JUIN ET 30 JUIN À PARTIR DE 16H00

UNE ACTION ORGANISÉE PAR

Association RMC BFM

fondation carcept prev

2015 Les pros de la route o...

L'OPÉRATION EN IMAGES

DÉFIBRILLATEUR : MODE D'EMPLOI

LES PROS DE LA ROUTE ONT DU CŒUR

LES 29 JUIN ET 30 JUIN À PARTIR DE 16H00

Professionnels du transport et passagers, venez vous initier aux gestes qui sauvent et à l'utilisation d'un défibrillateur cardiaque.

50 000 PERSONNES meurent chaque année d'un arrêt cardiaque en France. Aujourd'hui, 7,5% des victimes sont sauvées.

ON PEUT FAIRE MIEUX, ON DOIT FAIRE MIEUX !

Apprenez à sauver une vie

29 JUIN Relais routiers de Mondville

30 JUIN Relais routiers de Déols

TOMBOLA

Venez gagner de nombreux cadeaux

lesprosdelarouteontducoeur.org

LE DÉFIBRILATEUR (DAE)

Un défibrillateur est un appareil portable qui relance le cœur en cas d'arrêt cardiaque par fibrillation ventriculaire grâce à un choc électrique (ou défibrillation).

Le choc est administré à la victime grâce à 2 électrodes collées sur sa poitrine.



IL EXISTE DEUX TYPES DE DÉFIBRILATEURS AUTOMATISÉS EXTERNES :

› **le défibrillateur semi-automatique**, une fois l'analyse effectuée, nécessite que l'on déclenche le choc en appuyant sur un bouton ;

› **le défibrillateur automatique** déclenche seul le choc une fois le diagnostic de fibrillation ventriculaire posé.

Le défibrillateur est capable d'analyser en quelques instants le rythme cardiaque et de déterminer le besoin ou non de délivrer un choc électrique.

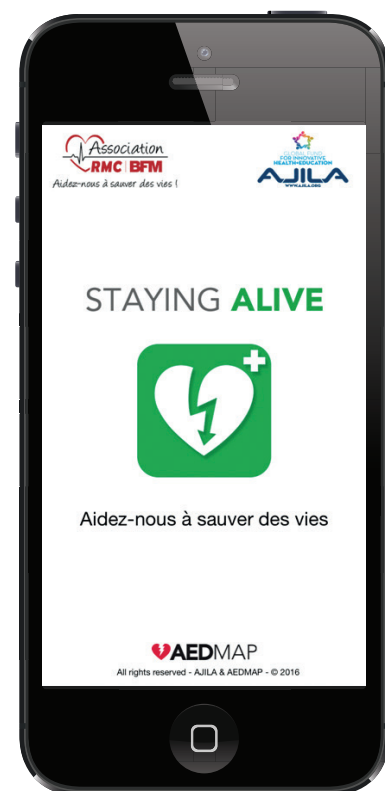
BON À SAVOIR

Il n'est pas nécessaire d'être formé à l'utilisation du défibrillateur. Cependant, il est utile de connaître les gestes qui sauvent (massage cardiaque) qui peuvent être dispensés dans le cadre d'une formation dédiée.

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION GRATUITE

STAYING ALIVE

- › Localisation de défibrillateurs
- › Chaîne de survie
- › Base mondiale de DAE
- › Application multilingue
- › Mise à jour automatique
- › Mode «urgence»
- › Communauté des « Bon Samaritains »
- › Traduite en 13 langues



stayingalive.org



lesprosdelarouteontducoeur.org

50 000 PERSONNES

meurent chaque année d'un arrêt cardiaque en France.
Seulement 7,5 % des victimes sont sauvées.

S'initier aux gestes de premiers secours peut sauver une vie.

ON PEUT FAIRE MIEUX, ON DOIT FAIRE MIEUX !

C'est pour cela que nous nous engageons chaque jour !

Une action portée par



Les institutions de protection sociale du Transport à travers leur fondation développent un programme ambitieux de prévention santé et d'innovation sociale pour les salariés et les retraités du Transport.

Ses axes prioritaires : Prévention, Recherche, Santé, Inaptitude et Insertion professionnelle, Mobilité et autonomie.

www.carcept-prev.fr
Contact : Jean-Paul Benaben
fondation@carcept-prev.fr
(+33)1 58 57 02 95



Aidez-nous à sauver des vies !

L'Association RMC/BFM oeuvre en faveur de la prévention et de l'information en matière d'action médicale.

Son premier objectif est de généraliser les défibrillateurs dans les lieux accueillant du public et de sensibiliser la population aux gestes de premiers secours.

www.associationrmcbfm.org
Contact : Alexia Thibaudin
athibaudin@associationrmcbfm.org
(+33) 1 71 19 89 59



lesprosdelarouteontducoeur.org

Aujourd'hui J'ai appris à sauver une vie



lesprosdelarouteontducoeur.org