ARRÊTS CARDIAQUES

En Belgique, **10.000 personnes** par an sont victimes d'un arrêt cardiaque foudroyant !

Une ambulance peut prendre jusqu'à **8 minutes** avant d'arriver. Ce sont justement ces précieuses minutes pendant lesquelles on peut faire repartir le cœur et éviter de lourdes séquelles.

90% des arrêts cardiaques sont d'origine cardiovasculaire. Le plus souvent il s'agit d'une **fibrillation ventriculaire**, c'est-à-dire un trouble du rythme cardiaque.

Aujourd'hui, **seuls 5 à 10%** des victimes d'un arrêt cardiaque survivent. Si un DEA est utilisé endéans les 5 premières minutes, de nombreuses vies peuvent être épargnées.

La présence d'un DEA à portée de main et son utilisation permettent de porter ce taux de survie à **plus de 50%.**

QU'EST-CE QU'UN DEA ?

Un DEA (Défibrillateur Externe Automatisé) est un appareil permettant d'analyser le rythme cardiaque d'une victime et de délivrer une impulsion électrique par le biais de ses électrodes.

L'impulsion est envoyée si et seulement si le cœur de la victime est en fibrillation afin de permettre à celui-ci de retrouver un rythme régulier et, ainsi, de sauver la vie de cette personne.

QUI PEUT UTILISER UN DEA ?

Un DEA peut désormais être utilisé par tout le monde. De nombreuses personnes ignorent qu'elles peuvent en faire l'usage en tant que simple citoyen en présence d'une victime.

C'est pourquoi une campagne de grande envergure sur le thème de la sécurité visant entre autres à équiper de DEA les centres sportifs en Communauté française est actuellement en cours.

COMMENT LOCALISER UN DEA ?

On peut trouver un DEA dans de plus en plus de lieux publics tels que les centres sportifs, les gares, les administrations …

Sa présence est indiquée par un logo standardisé et il est généralement placé dans une armoire fixée dans un lieu de passage.

VOUS SOUHAITEZ OBTENIR PLUS D'INFORMATIONS ET ÉVENTUELLEMENT VOUS FORMER AUX PREMIERS SECOURS ?

Vous trouverez de nombreuses références sur le site de l'Association des Établissements Sportifs
www.aes-asbl.be > Documentation > Sécurité

Association des Établissements Sportifs

ethias

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

Ne pas jeter sur la voie publique · Éditeur responsable : Serge Mathonet - Allée du Bol d'Air 13, bte2 - B-4031 Angleur · design : www.debie.com

LA SÉCURITÉ, C'EST AUSSI MON SPORT !

SAUVER UNE VIE, 3 GESTES À LA PORTÉE DE TOUS

Nous sommes tous capables de porter secours à une personne victime d'un arrêt cardiaque.

Association des Établissements Sportifs

ethias

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

LA SÉCURITÉ, C'EST AUSSI MON SPORT !

VOUS ÊTES TÉMOIN D'UN ARRÊT CARDIAQUE ? PAS DE PANIQUE ! AGISSEZ ! LE PIRE EST DE NE RIEN FAIRE !

EN EFFECTUANT 3 GESTES SIMPLES, VOUS POUVEZ SAUVER UNE VIE.

RECONNAÎTRE L'ARRÊT CARDIAQUE

La victime perd connaissance, tombe, ne réagit pas quand on lui parle, quand on la stimule ? Dégagez les voies respiratoires.

Si vous ne détectez aucune respiration ou bien que sa respiration vous semble très irrégulière, passez directement à l'étape suivante.

APPELER

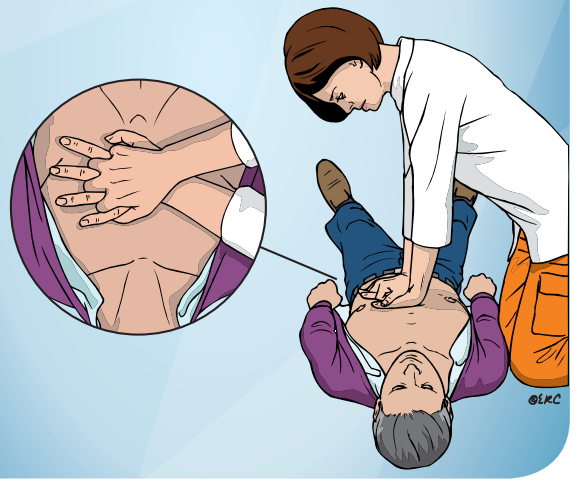
112

Appelez immédiatement les secours en composant le 112.

MASSER

Massez le cœur de la victime sans tarder :

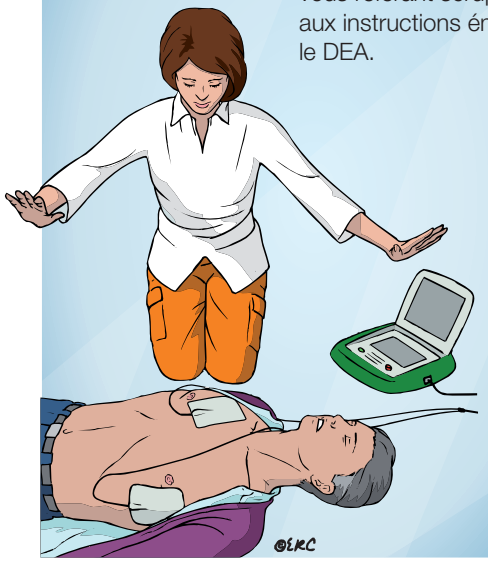
- Allongez la victime sur le dos.
- Dégagez sa poitrine de ses vêtements.
- Positionnez vos mains l'une sur l'autre.
- Placez-les au centre du thorax.
- Appuyez avec votre corps, bras tendus, de tout votre poids.
- Enfoncez vos mains de 5 cm et relâchez bien entre chaque pression à un rythme de 100 fois par minute.



DÉFIBRILLER

Défibrillez à l'aide d'un DEA :

- Ne quittez pas la victime et continuez à masser ! Faites-vous aider pour que l'on vous apporte le DEA près de la victime.
- Allumez le DEA et placez les électrodes sur la victime en vous référant scrupuleusement aux instructions émises par le DEA.



PERMETTRE L'ARRIVÉE DES SECOURS

Faites-vous aider pour faciliter cette arrivée.

Faites dégager les accès et demandez à quelqu'un d'aller à leur rencontre.