

Actu

Ma santé

Défiibrillateur, êtes-vous prêt à l'utiliser ?

Chaque année en France, 40 000 personnes meurent d'un arrêt cardiaque...

Louise Castillon

Des défiibrillateurs automatiques ont été mis en place dans les lieux publics pour répondre à une urgence en matière de santé. Un défiibrillateur à proximité c'est une vie qui peut être sauvée ! Et vous devenez un maillon essentiel dans la chaîne de survie de la victime en ayant le réflexe d'utiliser un défiibrillateur. Pourtant une étude réalisée par TNS Healthcare révèle que si 9 Français sur 10 savent ce qu'est un défiibrillateur, 88 % d'entre eux refusent de s'en servir, faute d'une formation spécifique. Une meilleure information et un plus large éventail de formations proposées devraient faire tomber les hésitations pour gagner les bons réflexes des gestes qui sauvent...

LA PEUR DE MAL FAIRE...

Le défiibrillateur intimide. Beaucoup n'osent pas l'utiliser de peur d'aggraver la situation. Il faut savoir qu'avec un défiibrillateur automatique, vous ne risquez pas de mal faire. «*Quoique vous fassiez, c'est toujours une bonne chose*», insiste Isabelle Weil, présidente de l'association RMC/BFM qui œuvre pour l'information et la prévention de l'action médicale d'urgence. *C'est l'inaction qui tue ! Chaque minute qui passe c'est 10 % de chances de survie en moins.*»

ET SI VOUS VOUS FORMIEZ ?

Pour apprivoiser vos craintes et être prêt en cas d'urgence vous pouvez apprendre à vous servir d'un défiibrillateur. «*La formation est à portée de tous, même des enfants*», insiste Isabelle Weill. *Vous apprenez à manipuler l'appareil en moins d'une heure.*» Des journées de sensibilisation et de formation sont organisées par la Croix Rouge. L'association RMC/BFM a mis en place des actions comme le «Sauvetage tour» au bord des plages en partenariat avec la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme ou «Le Train du cœur», en association avec la SNCF.

LES BONS GESTES EN CAS D'URGENCE

Le premier réflexe est de composer le 15 et de rester auprès de la victime jusqu'à l'arrivée des secours. Si vous n'avez pas de défiibrillateur à portée de main, l'idéal est de réaliser un massage cardiaque. Si vous êtes à proximité d'un défiibrillateur automatique, l'appareil va vous apporter des consignes simples pour servir de relais en attendant le SAMU. ■

LA MACHINE VOUS GUIDE

Même si vous n'avez jamais utilisé de défiibrillateur, les consignes vont vous permettre d'acquérir les bons réflexes. C'est le défiibrillateur qui fait tout !

- Ouvrez le défiibrillateur et écoutez ses consignes.
- La seule chose que vous aurez à faire est de poser les électrodes sur la victime. Un dessin explicatif vous indique où les coller.
- Vous n'avez plus rien à faire ! C'est le défiibrillateur qui pose le diagnostic et évalue si la victime est concernée par un arrêt du cœur.
- S'il ne s'agit pas d'un arrêt du cœur, le défiibrillateur ne se met pas en route.
- En cas d'arrêt du cœur, la machine envoie un choc électrique.
- Le défiibrillateur peut renouveler l'opération autant de fois qu'il le faut jusqu'à l'arrivée des secours. L'appareil enregistre l'historique de ce qu'il fait.



Je contacte...

- L'Association RMC BFM
www.associationrmcbfm.fr

Je surfe sur...

- Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme
www.ffss.fr
- La carte des défiibrillateurs
www.defibrillateurs-en-france.com