

LA TROUSSE DE SECOURS

Saison 2024 - 2025

Opposition à la présence de tout médicament (y compris homéopathique) même sous forme de pommade.

L'animateur peut seulement être autorisé **à aider une personne à utiliser un traitement qu'elle a dans son sac** et qui lui a été prescrit par son médecin (inhalation de bronchodilatateur en spray, type Ventoline, pour une personne ayant une crise d'asthme, ou médicament, type trinitrine, chez une personne cardiaque, en cas de douleur thoracique constrictive).

La trousse comprendra :

- des gants,
- des compresses stérilisées en emballage individuel,
- des bandes type Nylex et/ou Velpeau et des bandes cohésives, de type Cohéban (de préférence aux bandes extensibles adhésives type Elastoplast),
- des compresses imprégnées de produit désinfectant en emballage individuel,
- une couverture de survie,
- une pochette cryogénique,
- des ciseaux à bouts ronds (pas d'aiguille),
- des pansements prédécoupés,
- une pince à écharde et une pince à tiques,
- un sac plastique, un crayon et un carnet,
- des morceaux de sucre sous emballage,
- sérum physiologique,
- oxymètre (voir les indications ci-dessous),
- coussin hémostatique d'urgence CHUT,
- des accessoires pour réaliser un garrot (voir les indications ci-dessous).

Ne pas hésiter à vérifier les dates de péremption des produits et changer régulièrement.

Utilisation d'un oxymètre de pouls

Grâce à un capteur généralement placé sur l'extrémité d'un doigt, l'oxymètre de pouls mesure la quantité d'oxygène qui circule dans le sang des artères ainsi que la fréquence cardiaque.

Oxymétrie : quelle est la valeur normale ?

En général, ce taux se situe entre **95 % et 100 %**, ce qui signifie que chaque globule rouge contient 95 % à 100 % d'oxygène. Selon les personnes, il peut être convenable entre 90 % et 93 %, mais **doit alerter lorsqu'il passe en-dessous de 90 %** (on parle alors de désaturation). Si c'est le cas lors d'une séance, arrêter le participant, le faire assoir et reprendre un cycle de respiration. Puis reprendre la mesure. Si la personne est toujours en hypoxémie, appeler les secours.



Comment s'en servir ?

- Bien mettre le doigt (de préférence **le majeur ou l'index**) au fond de l'appareil et se maintenir immobile.
- Prendre la mesure en position verticale (assis ou debout).
- Ne pas avoir les doigts trop froids (se réchauffer les mains légèrement si besoin).
- **Éviter de porter du vernis à ongle** (le faisceau lumineux risque de ne pas être bien absorbé par la peau).
- Garder l'oxymètre de pouls en place pendant **au moins une minute** (voire plus, si la valeur n'est pas encore stabilisée).



Indications du garrot : lorsqu'une hémorragie ne peut pas être stoppée par la compression manuelle ou le pansement compressif.

- ⇒ Technique de pose : lien solide, large, non "coupant" (pas de câble électrique) ni élastique, entre la racine du membre et la plaie, pas sur une articulation, noter sur le membre l'heure de pose, ne jamais "lever" ce garrot !

Le secouriste reste à côté de la victime jusqu'à l'arrivée des secours médicalisés.

Le retrait du garrot doit être réservé aux seules équipes de secours et de réanimation.

Pour plus de détails ou un petit rappel, voici une vidéo sur : « [Comment mettre un garrot de façon efficace](#) »

La commission médicale