

Des gestes utiles

Savoir réagir en cas d'urgence évite des décès. Récit de deux histoires qui ont tout changé pour des Nantais.

Il faisait ses courses, après sa garde comme sapeur-pompier professionnel dans une caserne de l'agglomération nantaise. Dans un magasin, Franck (*) voit une personne à terre à la caisse. Des gens autour, un peu paniqués. « Le monsieur était en arrêt cardiaque. J'ai commencé le massage. Une personne a apporté le défibrillateur du magasin. Je l'ai guidée. Il y a eu le premier choc. J'ai continué le massage. Le cœur est reparti puis il a été une deuxième fois en arrêt. De nouveaux massages et le cœur est reparti. Mes collègues pompiers ont pris le relais. Le monsieur a été transféré à l'hôpital ».

« Des gens disent ne pas se sentir capables. Mais il ne faut pas hésiter »



Pierre Moriceau, boulanger à Nantes et pompier, sait que les gestes de premiers secours peuvent être utiles à tout moment. Photo PO-NB

pables ou ne savent pas faire. Mais il est important d'agir tout de suite pour entretenir la circulation sanguine et éviter des séquelles ou un décès. » Il a aussi vécu des cas où l'entourage pense que la

personne en arrêt cardiaque respire toujours, alors que ce sont des gasps (râles d'agonie avec ouverture de la bouche et soulèvement de la poitrine). Aucun massage n'a donc été enclenché.

« Important de se former »

Les premiers gestes sont toujours primordiaux, avant l'arrivée des secours. C'est de cette manière qu'agit Pierre Moriceau en 2013 quand la foudre touche un facteur cours des 50-Otages, dans le centre de Nantes. « Beaucoup de gens rentraient dans la boulangerie se protéger de l'orage. Je suis allé aider la personne. C'était plus ou moins naturel », explique ce boulanger nantais, sapeur-pompier au Pellerin depuis vingt ans maintenant. « Il ne faut pas hésiter à se former et à suivre ensuite les mises à jour. Le massage cardiaque et la position latérale de sécurité (PLS) sont assez simples ».

Ces bons réflexes peuvent être vitaux à tout moment. Dans de multiples situations. Comme les accidents domestiques. Le sapeur-pompier se souvient par exemple de son petit garçon manquant de s'étouffer avec un bout de pomme. Une situation très courante, qui, sans les bons gestes, peut devenir dramatique.

Caroline Tréman

(*) Prénom d'emprunt pour préserver l'anonymat.

ZOOM

227 défibrillateurs dans l'agglomération

Décès. Plus de 50 000 personnes sont victimes d'un arrêt cardiaque en France chaque année. Il n'y a plus d'activité mécanique, et donc plus de débit cardiaque. L'arrêt est dû à une fibrillation ventriculaire, ou à cause d'une noyade ou électrisation, d'un accident... Le taux de survie n'est que de 5 %, car peu de personnes sont formées aux premiers secours. Des stages existent auprès des pompiers ou associations de secourisme.

Défibrillateurs. Des défibrillateurs - installés aux abords des gymnases, pharmacies, etc. - sont à utiliser en cas d'arrêt cardiaque. Selon les pompiers de Loire-Atlantique, il y a 277 « DEA » sur les 24 communes de Nantes métropole dont 121 à Nantes. Certains particuliers, sans formation, hésitent à les utiliser. « Si vous n'essayez pas, la personne en arrêt cardiaque va mourir », insiste Céline Guilbert, capitaine et chef de mission au SDIS44.



Les défibrillateurs, peuvent être utilisés par tous. Photo PO-CT

pour sauver des vies



Guillaume Raineau en première ligne

Athlète. Il est né à Nantes, y habite, et c'est à Rio au Brésil, le 11 août, que le rameur du Cercle de l'aviron de Nantes a été médaillé de bronze au « quatre sans barreur poids léger ». « Quand on m'a appelé pour parrainer cette journée qui sauve nantaise, je n'ai pas hésité un seul instant : j'ai dit oui », explique avec conviction Guillaume Raineau (photo). Ainsi, samedi 12 novembre, dans la grande salle des mariages de l'hôtel de ville à Nantes, les participants au « Samedi qui sauve » croiseront l'athlète deux fois champion de France, médaillé de bronze aux JO et aux championnats du Monde ; deux fois médaillé de bronze et médaillé d'argent aux championnats d'Europe. Un parrainage qui vaut de l'or.

Photo PO-Jean-Pascal Hamida

Témoin d'un arrêt du cœur : surtout agir

Quand une personne est en arrêt cardiaque, ne rien faire est la seule chose à ne pas faire. Trois étapes clés.

➤ Alerte le 18

Quel numéro de téléphone d'urgence : on peut s'y perdre. Faut-il appeler le 17 ? Le 118 ? À moins que ce ne soit le 911, comme dans les séries télévisées américaines ? Que nenni : en France, le 18 alerte le standard central des pompiers de la zone : à la Chapelle-sur-Erdre en Loire-Atlantique. En Europe - donc en France - le numéro d'urgence universel est le 112.

➤ Massez

Une personne s'écroule : pencher son oreille près de sa bouche, une main sur son ventre. Il s'agit de vérifier si



Chacun peut s'initier aux gestes des professionnels. PO-OL

respire. Si elle ne respire plus, pratiquez le massage Le talon de la main entre les deux seins, les bras verti-

minute au niveau du sternum. Il permet d'entretenir l'irrigation sanguine du cerveau et des organes. Poursuivre jusqu'à l'arrivée des secours.

« Le massage fait effet de soufflet fait pénétrer l'air dans les poumons », assure René Pastor, sapeur-pompier et instructeur. « Nous ne pratiquons plus le bouche-à-bouche ».

➤ Défibrillez

Utilisez un défibrillateur dès que possible en demandant à un passant d'aller le chercher. Un simple interrupteur pour l'allumer, et l'appareil vous guide. Les consignes sont simples et peuvent être suivies même par un enfant. Il ne représente aucun danger ni pour la victime ni pour l'utilisateur. Ils sont dans les lieux publics : cinéma, res-

LE CHIFFRE

100 000

En France, les sapeurs-pompiers délivrent 100 000 formations aux premiers secours (PSCI) par an.

RENDEZ-VOUS

Le samedi qui sauve
Les pompiers, la Croix-Rouge et la Protection civile, organisent gratuitement une formation aux gestes qui sauvent en mairie de Nantes samedi 12 novembre de 10 h à 18 h, toutes les heures. 700 personnes sont attendues. Inscriptions préalables : www.sdis44.fr ou Tél. 02 28 09 81 14.

➤ Vidéo

Interview de Céline Guilbert, capitaine des pompiers.

www.presseocean.fr