



SECOURIR

Fiche d'apprentissage : n°8
séquence : La victime ne respire pas



ETAPES		Positionnement		
		OUI	A revoir	NON
ADULTE				
1	Poser le talon de la main : - au milieu de la poitrine <i>dénudée</i> - sur la moitié inférieure du sternum			
2	Placer l'autre main sur la 1 ^{ère} (les doigts relevés)			
3	Exercer une poussée verticale - 1/3 du thorax (5 à 6 cm) + bras tendus			
4	Laisser le thorax reprendre sa forme après chaque compression (le talon reste en contact)			
5	Effectuer 30 compressions (100 à 120/minute)- les doigts restent en contact.			
6	Libérer les voies respiratoires (bascule de tête)			
7	Boucher le nez et pratiquer 2 insufflations efficaces			
ENFANT				
1	Commencer par boucher le nez et pratiquer 5 insufflations efficaces.			
2	Compresser le thorax avec le talon d' une seule main			
3	Exercer une poussée verticale - 1/3 du thorax (4 à 5 cm) + bras tendus			
4	Effectuer 15 compressions (100 à 120/minute)- les doigts restent en contact.			
5	Boucher le nez et pratiquer 2 insufflations efficaces			
NOURRISSON				
1	Commencer par boucher le nez et pratiquer 5 insufflations efficaces.			
2	Bien placer ses doigts sur le sternum (le bas du sternum/1 doigt au dessus/garder la pulpe de 2 autres doigts)			
3	Comprimer le thorax avec 2 doigts (1/3 d'épaisseur du thorax)			
4	Effectuer 15 compressions (100 à 120/minute)- les doigts restent en contact.			
5	Pratiquer 2 insufflations efficaces (bouche + nez)			

NOM :

PRENOM