

Urgence cardiaque: chaque minute compte!

Première cause de mortalité en Suisse, les maladies cardiovasculaires entraînent, en Suisse, entre 8'000 à 10'000 décès par année. **En venant en aide à une personne victime d'un infarctus du myocarde ou d'un arrêt cardiaque, on peut sauver une vie. D'où l'importance d'avoir les bons réflexes.**



Ayez les bons réflexes:

- **Appelez le numéro d'urgence 144** et donnez l'adresse (le lieu), le nom, l'âge et l'état du patient.

- Allongez la personne sur le dos, sur un lit, un canapé ou le sol.
- Surélevez légèrement le haut du corps en plaçant des coussins, couvertures ou autres sous sa tête, sa nuque et son dos.
- Dégrafez les vêtements trop serrés, cravate, ceinture ou soutien-gorge.
- La nuit, éclairez la maison, la porte d'entrée, les escaliers. Priez un voisin de guider l'ambulance pendant que vous restez près du patient et le rassurez.



Les signes d'alarme d'un infarctus sont les suivants:

- **Oppression violente et douleurs dans la poitrine** **durant au moins 15 minutes**, avec sensation de pincement, de serrement ou de brûlure, souvent associées à une détresse respiratoire et une angoisse de mort.
- Parfois, **irradiation de la douleur** dans toute la cage thoracique, vers les épaules, les bras, le cou, le maxillaire inférieur et la partie supérieure de l'abdomen.
- Autres symptômes possibles: **visage blafard, nausées**, faiblesse, **sudation abondante**, détresse respiratoire et pouls irrégulier.



Attention! Chez les femmes, les diabétiques et les seniors, seuls les symptômes suivants peuvent apparaître: dyspnée, nausées et vomissements inexplicables, oppression dans la poitrine, le dos ou l'abdomen.

Symptômes d'un arrêt cardiocirculatoire:

- La victime bascule ou s'affaisse sur la chaise
- Absence de réaction à une voix et au secouement
- Absence de respiration



Ayez les bons réflexes:

- Appeler le 144
- Réanimation cardiopulmonaire immédiate
- Si possible, défibrillation immédiate*



*La défibrillation automatique externe

Un petit appareil fonctionnant sur simple pression d'un bouton peut réanimer efficacement des personnes qui viennent de faire un arrêt cardiaque.

Le pratique set d'urgence-HELP de la Fondation Suisse de Cardiologie comprend une carte de contrôle au format carte de crédit, un passeport d'urgence, des autocollants et une fiche d'information. Commande gratuite: **031 388 80 80** ou **info@swissheart.ch**

Source: Fondation Suisse de Cardiologie



Fondation Suisse de Cardiologie

Active contre les maladies cardiaques et l'attaque cérébrale

Numéros d'urgence



117
Police

- > accident de travail
- > accident de la circulation (avec blessés ou décès)



144
Ambulance

- > risque vital
- > blessure grave ou en cas de doute



118
Pompiers

- > victimes incarcérées
- > incendie
- > risque d'explosion, de pollution



112
Appel d'urgence

- > valable dans toute l'Europe



145
Intoxication



1414
Rega

- > blessés graves
- > accident de montagne
- > accès difficile

Comportement en cas d'urgence

Que faut-il annoncer?

En cas d'appel d'urgence, efforcez-vous de garder votre calme et donnez les précisions suivantes:

Qui appelle?



Que s'est-il passé?



Où l'accident est-il survenu?



Comment est la situation?



Quand l'accident s'est-il produit?

Suva, accident grave et décès

Pour les entreprises assurées à la Suva: en cas d'accidents graves, notamment en cas de décès, il faut aviser immédiatement votre agence Suva par téléphone. **Vous pouvez obtenir de plus amples informations** en consultant le site Internet www.suva.ch ou en contactant votre agence Suva (www.suva.ch/agences).