

Accident vasculaire cérébral (AVC) : les signes qui doivent vous faire réagir

« **FAST** » est un mot anglais qui signifie « rapide »,
et c'est aussi l'acronyme pour **F**ace (visage),
Arm (bras),
Speech (parole),
Time (temps).



Sourire asymétrique
et déformation
de la bouche



Difficultés à bouger
un bras, une jambe



Difficultés à parler,
articuler ou à répéter



Appelez
immédiatement
le Samu



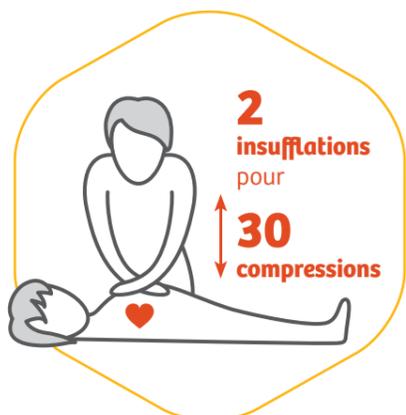
Si l'un
des signes ci-contre
survient de façon
brutale, il faut
prévenir les secours
immédiatement
en appelant
le **15**.

Que faire face à un arrêt cardiaque?



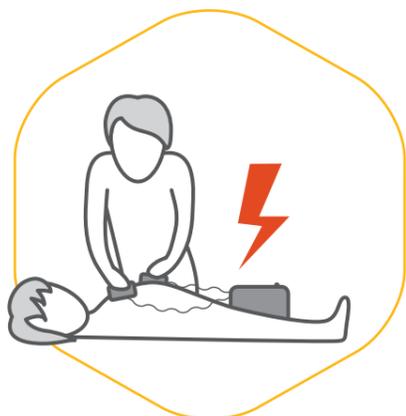
1. Donnez l'alerte

appelez le **15** (Samu), ou le **18** (Pompiers),
ou le **112** (numéro d'urgence européen)
ou le **114** (numéro d'urgence pour les personnes
sourdes et malentendantes)



2. Commencez le massage cardiaque

et, si vous savez le faire, le bouche-à-bouche:
2 insufflations pour 30 compressions



3. Défibrillez

suivez les indications du défibrillateur
automatisé externe

LES GESTES QUI SAUVENT



**Harmonie
mutuelle**
En harmonie avec votre santé

Les numéros d'urgence

Les numéros d'appel d'urgence gratuits sont à votre disposition 24h/24.

15
SAMU



Pour une urgence médicale.

18
POMPIERS



Pour les incendies et les accidents sur la voie publique.

17
POLICE SECOURS



Pour un désordre public.

112
N° EUROPÉEN



Pour tous les types d'urgence, dans la majorité des pays d'Europe.

114
N° SPÉCIAL



Numéro d'urgence pour les personnes sourdes et malentendantes (par fax ou sms).

NUMÉROS RÉGIONAUX
CENTRES ANTIPOISON



@ Site Internet :
www.centres-antipoison.net

Pour les intoxications et les empoisonnements.

Angers 02 41 48 21 21
Bordeaux 05 56 96 40 80
Lille 0 800 59 59 59

Lyon 04 72 11 69 11
Marseille 04 91 75 25 25
Nancy 03 83 22 50 50

Paris 01 40 05 48 48
Strasbourg 03 88 37 37 37
Toulouse 05 61 77 74 47

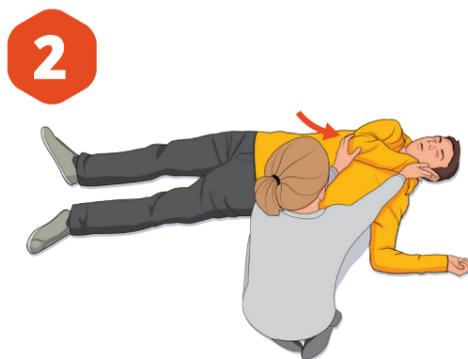


La position latérale de sécurité

Face à une personne inconsciente qui ne réagit pas et qui respire, mettez-la en position latérale de sécurité.



1
Positionnez le bras de la victime proche de vous en angle droit.



2
Placez la main de l'autre bras de la victime à plat contre son oreille.



3
Gardez votre main sur la main de la victime posée contre son oreille et avec votre autre main, pliez le genou de la victime.



4
Dans un seul mouvement, faites rouler la victime vers vous jusqu'à ce que son genou touche le sol. Dégagez doucement votre main sous la tête de la victime : maintenez le coude de la victime sans déplacer sa main en retirant votre main.



5
Placer la jambe de la victime pour qu'elle forme un angle droit entre la hanche et le genou.



6
Ouvrez la bouche de la victime sans bouger sa tête.