

LE RÉSEAU ASSISTANCE

Selon les conseils de la fédération Française de Cardiologie si vous êtes confronté à l'arrêt cardiaque d'une personne

Après avoir appelé les secours : "le 15 "

Allongez la victime sur une face dure.

Placez-vous à genoux, sur le côté de la victime.

Basculez la tête de la victime en arrière pour ouvrir les voies respiratoires.

Positionnez vos mains l'un sur l'autre, au milieu du thorax, entre les deux seins, es bras bien tendus.

Appuyez de tout votre poids, bien au dessus:

Ce ne sont pas les bras ni les mains qui appuient mais tout le corps.

Pratiquez 100 compressions par minute, séquences de 30 compressions consécutives.

Vous devez à chaque fois appuyer très fort, pour enfoncer la cage thoracique de 3cm à 4cm.

Veillez à bien relâcher entièrement entre chaque compression .

Recommencez des séquences de 30 compressions, jusqu'à l'arrivée des secours.

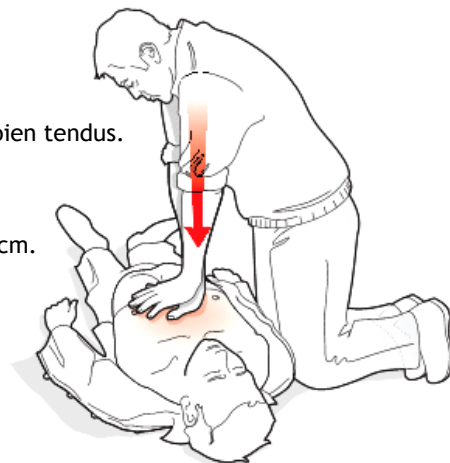
Même si vous avez l'impression de mal effectuer le geste, continuez, continuez :

mieux vaut un massage cardiaque imprécis que pas de massage cardiaque du tout.

Dans les premières minutes, il faut privilégier le massage cardiaque.

Mais si vous avez le savoir faire, vous pouvez aussi pratiquer une ventilation pulmonaire

(bouche à bouche à 2 insufflations toutes les 30 compressions thoraciques).



Tout acte de secourisme est un acte réglementé. Pensez à vous former au secourisme.

A conserver

NUMEROS UTILES SUR VOTRE COMMUNE

SAMU 15 – POLICE 17 – POMPIERS 18

SOS MEDECIN	04 78 83 51 51
PHARMACIE DE GARDE	32 37
PLOMBIER (7j/7 – 24h/24) Fuite, Dégâts des eaux, camion hydro cureur...)	04 37 70 86 62
SERRURERIE (7j/7 – 24h/24)	04 37 70 86 62
ASSAINISSEMENT (7j/7 – 24h/24)	04 37 66 47 04
RIDEAU METTALIQUE (7j/7 – 24h/24)	04 37 70 86 62
VITRIER (7j/7 – 24h/24)	
(Dépannage tous vitrages, Bris de vitres, Mise en sécurité, vitrines etc	04 37 66 47 04
GDF SERVICE	0 810 60 20 20
URGENCE ELECTRICITE (7j/7 – 24h/24)	04 37 66 47 04
(Recherche de panne, Réparation, Installation, Rénovation, Mise au norme et conformité circuit électrique etc)	
SERVICE d' HYGIENE : DERATISATION & DESINFECTION (7j/7 – 24h/24)	06 99 32 38 54
MENUISIER : PORTE BLINDEE & PORTE DE GARAGE	04 37 70 86 62
(Installation et dépannage Stores, Rideaux Métalliques, Volets roulants, Fenêtres PVC, BOIS, ALLU etc)	
DERATISATION : Maison, Immeubles, Industrie et Particulier	
(Traitement nuisibles, Nettoyage industriel et particulier, Rats, Souris, Cafards etc.)	04 37 66 47 04
OUVERTURE DE PORTE :	
(Effraction, Perte/Vols de clés, Remplacement tous types de serrures, porte claquée etc)	04 37 70 86 62

Ne pas jeter sur la voie publique. Ceci est une publicité distribuée et offerte par la société au RCS Lyon : 527 533 467
Cette plaquette n'a pas de lien avec quelconque services administratif ou administration officiels.