



DOSSIER

DÉFIBRILLATEURS : AU CŒUR DES GESTES QUI SAUVENT

SELON LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE CARDIOLOGIE, 50 000 PERSONNES DÉCÈDENT D'UN ARRÊT CARDIAQUE SOUDAIN -500 FOIS PLUS QUE LES INCENDIES-, CHAQUE ANNÉE EN FRANCE. SANS PRISE EN CHARGE IMMÉDIATE, PLUS DE 92 % DE CES ARRÊTS SONT FATALS. EN COMPLÉMENT DES GESTES DE PREMIERS SECOURS, L'UTILISATION D'UN DÉFIBRILLATEUR, DANS LES PLUS BREFS DÉLAIS, PERMET DE RÉDUIRE CE CHIFFRE ÉLEVÉ. DEPUIS PLUS DE 10 ANS, CRÉPY-EN-VALOIS EST ÉQUIPÉE DE DÉFIBRILLATEURS. AFIN D'AUGMENTER TOUJOURS PLUS LES CHANCES DE SURVIE DE SES HABITANTS, LA VILLE A REMPLACÉ L'ENSEMBLE DE SES APPAREILS ET S'EST ÉQUIPÉE DE DÉFIBRILLATEURS SUPPLÉMENTAIRES. ON PROFITE DE CE NOUVEL INVESTISSEMENT POUR FAIRE LE POINT SUR CES GESTES QUI PEUVENT SAUVER DES VIES. DÉCRYPTAGE.

Une mobilisation nationale...

Qu'est-ce qu'un défibrillateur ?

Le Défibrillateur Automatisé Externe (DAE) est un dispositif médical utilisé lors de la réanimation d'une personne en arrêt cardiaque. La défibrillation est une forte impulsion de courant électrique, destinée à rétablir un rythme cardiaque normal.

Jusqu'au décret du 4 mai 2007, l'utilisation d'un défibrillateur était réservée, en France, aux professionnels du secourisme. Depuis, cette nouvelle législation a élargi l'usage des défibrillateurs à tous les citoyens. Désormais « Toute personne, même non médecin, est habilitée à utiliser un défibrillateur automatisé externe... » (art. R6311-15 du Code de la santé publique). Il faut dire que la modernisation des appareils et leur utilisation ultra simplifiée mais aussi leur légèreté –soit 1 kg en moyenne contre 16 kg il y a 15 ans- ont pesé dans la balance.

À noter : en France, le taux de survie est inférieur à 5 %, alors que d'autres pays comme le Canada ou les États-Unis, affichent dans certaines villes des taux supérieurs à 50 %.

...et à l'échelle de la commune

Associé à des gestes de premiers secours, un défibrillateur peut sauver des vies. C'est ainsi que le décret de 2018-1186 oblige les établissements recevant du public (ERP) de catégories 1 à 4 (jusqu'à 300 personnes et plus) à s'équiper d'un défibrillateur automatique externe (DAE), depuis le 1^{er} janvier 2021. Elle s'étendra à certains ERP de catégorie 5 (moins de 200 personnes) dès l'année prochaine, au 1^{er} janvier 2022. Mairie, salle des fêtes, écoles, gymnases... les collectivités locales, qui gèrent de nombreux ERP, sont concernées à plus d'un titre par cette nouvelle réglementation.

Le cas de Crépy-en-Valois



40 défibrillateurs
dont **26** nouveaux appareils
37 408 € d'investissement

Il y a plus de 10 ans que la Ville s'est équipée pour la première fois de défibrillateurs. Cette installation s'inscrit, aujourd'hui encore, dans le cadre d'une politique de prévention santé. Pour harmoniser l'ensemble de ses appareils et répondre aux exigences du décret en vigueur, la Ville a lancé un marché public afin de procéder au remplacement, à l'installation et à la maintenance préventive de nouveaux défibrillateurs. Elle augmente ainsi les chances de survie des victimes et renforce l'accès rapide aux appareils au plus grand nombre. C'est ainsi que le mois dernier, le parc de défibrillateurs a été changé pour remplacer ceux arrivés en fin de vie et que de nouveaux appareils sont venus renforcer l'équipement. Ils sont répartis dans les établissements administratifs, culturels, sportifs et scolaires de la Ville. (cf. plan).

Les appareils installés à Crépy-en-Valois sont des défibrillateurs entièrement automatiques (DEA). Ils analysent le rythme cardiaque et décident si le choc est nécessaire. Si c'est le cas, l'appareil déclenche automatiquement la défibrillation. Par témoins et messages sonores, il renseigne l'utilisateur sur l'étape du traitement en cours « ne touchez pas la victime, une analyse du rythme cardiaque va être effectuée. Analyse du rythme cardiaque en cours. Le choc est nécessaire. Ne touchez plus la victime. Attention, le choc va être délivré ».

TOUT SAVOIR SUR L'ARRÊT CARDIAQUE

L'arrêt cardiaque se définit comme une absence de contraction efficace du cœur, c'est un état de mort apparente. La circulation du sang dans les vaisseaux du corps s'interrompt et l'ensemble de l'organisme n'est plus alimenté en oxygène.

50 000

morts prématurées par an

- de **5 %** : taux de survie en France

7 fois sur 10 :

arrêts survenant devant témoins, seulement **40 %** d'entre eux faisant les gestes de premiers secours.

4 victimes sur 5

qui survivent à un arrêt cardiaque ont bénéficié de ces gestes simples pratiqués par le premier témoin.

Source : Fédération française de cardiologie.

■ Comment le reconnaître ?

La victime perd connaissance, tombe, elle ne réagit pas quand on lui parle, quand on la stimule. Sa respiration est inexistante (la poitrine ne se soulève pas) ou très irrégulière.

■ Y-a-t'il des signes avant-coureurs ?

Pour un infarctus du myocarde, la personne peut présenter une douleur thoracique pouvant s'étendre jusqu'aux bras, une sensation d'oppression, de serrement voire d'écrasement. En dehors de l'infarctus, l'arrêt cardiaque peut être précédé de palpitations ou d'un malaise général, mais il peut aussi survenir brutalement.

■ Quelles sont les principales causes de l'arrêt cardiaque ?

90 % des arrêts cardiaques chez l'adulte sont dus à une cause cardiovasculaire. Le plus souvent, il s'agit d'une fibrillation ventriculaire : un trouble du rythme cardiaque correspondant à des contractions rapides, irrégulières et inefficaces des ventricules du cœur.

QUELQUES CHIFFRES

Agir en cas d'arrêt cardiaque

Chaque citoyen peut, un jour, se trouver confronté à un arrêt cardiaque et devenir le premier maillon d'une chaîne de secours. Au-delà de 5 minutes d'arrêt du cœur, si on n'agit pas, les lésions cérébrales sont irréversibles. Le massage cardiaque permet de relancer la circulation sanguine et donc l'oxygénation des cellules.

IL FAUT VITE AGIR : **APPELER, MASSER, DÉFIBRILLER.**



① Appeler

Composez immédiatement le numéro des secours.

15
SAMU

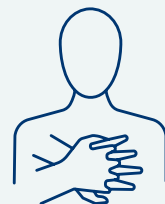
18
Pompiers

112
N° européen



② **Masser**

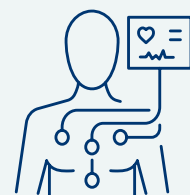
Placez la victime sur le dos et sur une surface dure. Massez vite et fort au milieu de la poitrine. Demandez aux témoins d'aller chercher un défibrillateur. Si vous êtes seul saisissez celui qui se trouve à proximité.



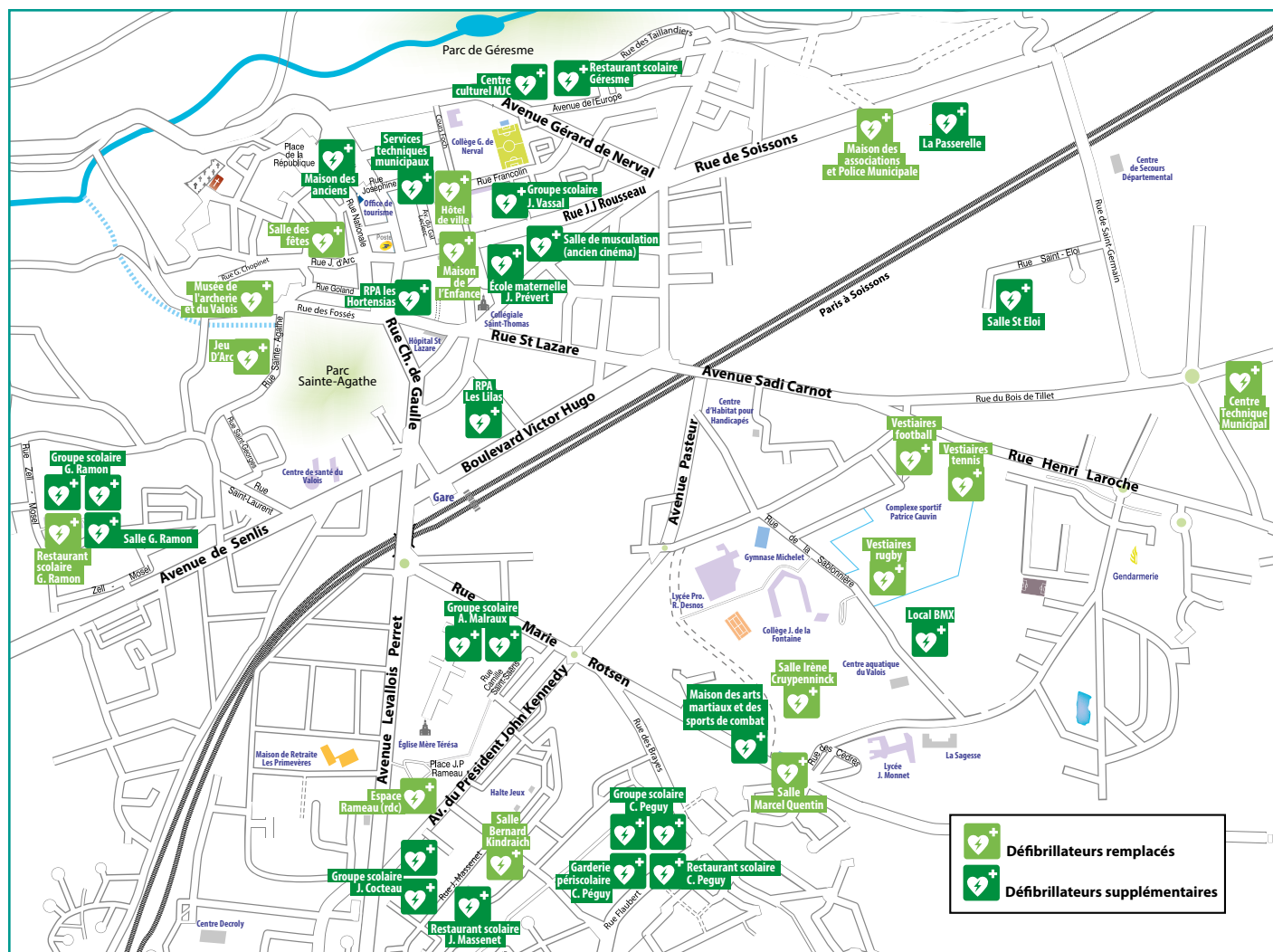
③ Défibriller

Dénudez la poitrine de la victime et collez les électrodes comme indiqué. Une fois qu'elles sont connectées, le défibrillateur lance automatiquement une analyse du rythme cardiaque. Ne touchez pas la victime pendant ces quelques secondes. Si nécessaire le défibrillateur délivrera le choc.

Reprenez le massage et continuez jusqu'à ce que les secours arrivent.



La ville élargit son parc : 40 défibrillateurs à portée de main



Se former aux gestes qui sauvent

Position latérale de sécurité, massage cardiaque, méthode Heimlich... Autant d'expressions que l'on connaît mais qui, dans la pratique, nous sont finalement étrangères. Et c'est peu dire. Selon la Fédération française de cardiologie, seulement 20% des français connaissent les gestes qui sauvent. Pourtant, ce n'est plus à prouver, les gestes de premiers secours sauvent des vies. Ils sont même essentiels. Pour vous préparer à réagir face à ce genre de situation, il existe des formations de premiers secours près de chez vous (liste non exhaustive).

LES PRINCIPALES FORMATIONS DISPENSÉES À CRÉPY-EN-VALOIS

GQS : Gestes Qui Sauvent

PSC1 : Prévention et Secours Civiques de niveau 1

PSE1 et PSE2 : Premiers secours en équipe de niveau 1 et 2

BNSSA : Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique

► L'Institut des Premiers Secours

Depuis 2014, l'association Secours 60 assure la réalisation de Dispositifs de Premiers Secours sur des manifestations sportives ou culturelles. Pour aller plus loin, Ludovic Hardy, Président-Fondateur, a créé l'Institut des Premiers Secours il y a quatre ans. Un centre de formation innovant qui propose des initiations aux gestes qui sauvent (GQS), un serious game autour de la thématique du Secourisme destiné aux jeunes et aux adolescents et des formations diplômantes reconnues par l'État. « Nos objectifs sont clairs : étoffer le catalogue des formations françaises aux premiers secours en plus des enseignements PSC1, PSE1 et PSE2 déjà réalisés, développer d'autres types d'apprentissages du secourisme en milieu sportif ou aquatique et assurer la formation initiale ou continue des Sauveteurs Secouristes du Travail en partenariat avec les entreprises du Valois », précise le président. Les bénévoles forment au PSC1 le dernier samedi de chaque mois à La Passerelle, 62 rue de Soissons, sur inscription.

► Renseignements et informations : 06 21 73 61 23
contact@institut-secours.fr – www.institut-secours.fr

► La Protection Civile

Créée en 1968, l'antenne crépinoise de la Protection Civile propose une formation aux premiers secours (PSC1). Durant 7h, on y apprend à avoir les premiers gestes réflexes devant un blessé. « C'est une formation que tout le monde devrait avoir alors que il n'y a que 5% de la population qui est formée », précise Jean-Louis Susset, responsable de l'antenne crépinoise. « Une formation est prévue fin novembre. Pour l'heure pas de date fixée nous attendons d'avoir assez d'inscrits ». Les cours ont lieu à la salle des secouristes rue Albert Delafosse.

L'antenne de Crépy-en-Valois recherche des bénévoles pour assurer des postes de secours qui se déroulent autour de Crépy-en-Valois. Ils doivent passer 2 diplômes dont les cours sont dispensés au niveau du département de l'Oise (PSE1 et PSE2).

► Renseignements et inscriptions : 06 04 13 92 65

► Union départementale des sapeurs-pompiers de l'Oise

En dehors de leurs propres formations professionnelles, les pompiers dispensent des formations PSC1 et GQS aux collectivités et au grand public. La formation des gestes qui sauvent dure 2h et celle des premiers secours est dispensée en semaine ou le week-end sur une journée de 7h. Elle permet notamment de savoir utiliser un défibrillateur, d'alerter les secours, de procéder à un massage cardiaque et de gérer de nombreuses situations. Les formations sont gérées par l'association Union départementale des sapeurs-pompiers de l'Oise. Pour celles et ceux qui souhaitent se former, il est possible de se rapprocher directement de l'association ou du centre de secours de Crépy-en-Valois.

► Renseignements et inscriptions : 03 44 36 35 50
union@pompiersdeloise.fr

► PDVFormation (Pays de Valois Formation)

Depuis 10 ans, PDVFormation, conseil et expertise est spécialisé dans les domaines du secourisme, de la lutte contre l'incendie et la sécurité routière. Si l'organisme compte de nombreuses entreprises partenaires, il a toujours proposé de la formation ainsi que de la sensibilisation aux gestes de premiers secours et accidents domestiques dans les écoles et à destination du grand public. « Les formateurs sont tous des sapeurs-pompiers en activité ce qui permet d'avoir un discours pragmatique. Nous avons une ferme volonté de développement sur Crépy-en-Valois et dans le Pays de Valois si les acteurs locaux nous en donne l'opportunité », explique le coordinateur pédagogique et technique de PDVFormation car « Ce que vous voulez pour vous, vous le devez aux autres... ».

► Renseignements : 06 58 22 80 51
contact@pdvformation.fr – www.pdvformation.fr

1 MINUTE DE PERDUE,

C'EST 10% DE CHANCE DE SURVIE EN MOINS POUR UNE VICTIME D'ARRÊT CARDIAQUE.

