

Annexe 1

Recommandations techniques et pédagogiques transitoires concernant la formation de Prévention et Secours Civique de niveau 1

Dans un contexte infectieux ou épidémique (covid-19) il est nécessaire de prendre des mesures de protection et d'adapter la prise en charge des victimes susceptibles d'être atteintes par la maladie. Cette adaptation a pour objet de limiter la proximité avec la victime et de diminuer le risque de contamination.

Les éléments présentés ci-après ont pour but de s'adapter à la situation de pandémie covid-19, ils complètent ou modifient les différents modules habituellement enseignés lors du PSC 1.

RECOMMANDATIONS TECHNIQUES

Alerte

Qui alerter devant une victime qui présente des manifestations qui peuvent faire évoquer une maladie infectieuse respiratoire comme le covid-19 :

Si la victime présente des signes comme de la toux et de la fièvre ou tout autre symptôme grippal, demander à la victime ou à son entourage d'appeler son médecin traitant. Ce dernier pourra éventuellement réaliser une téléconsultation.

Si la victime présente de la toux et de la fièvre, et a du mal à respirer au repos ou à l'effort ou présente les signes d'une urgence vitale, appeler les secours publics (18, 15, 112 et 114).

Alerte des populations

Le risque infectieux, particulièrement lors d'une épidémie ou d'une pandémie, est un risque particulier au même titre que le risque chimique ou radioactif. L'alerte à la population est donnée par l'intermédiaire des médias ou des réseaux sociaux. Des consignes spécifiques, comme le confinement, les mesures barrières ou de distanciation, sont délivrées par le ministère de l'intérieur ou du ministère chargé de la santé. La population doit respecter ces consignes.

Pour en savoir plus : https://solidarites-sante.gouv.fr/AMG/pdf/falc_coronavirus_pour_vous_proteger.pdf

Protection

Devant une victime qui présente des manifestations pouvant évoquer une maladie infectieuse comme le covid-19.

- Le sauveteur doit appliquer des mesures pour se protéger et protéger l'entourage :
- dans la mesure du possible ,garder ses distances avec les personnes malades si possible, ne pas les toucher surtout si la victime ne porte pas de masque ;
- s'il faut s'approcher de la victime, se protéger dans la mesure du possible avec un masque ;
- demander à la victime de s'isoler si possible dans une pièce séparée, et de porter un masque chirurgical. Si ce dernier gêne la ventilation de la victime, il doit être retiré;
- demander aux proches et aux témoins de respecter les mesures barrières et de distanciation;
- ne pas se toucher les yeux, le nez, la bouche et le visage;
- à la fin de l'intervention, se laver les mains avec de l'eau et du savon et les sécher avec une serviette ou un essuie-main, à défaut utiliser une solution hydro-alcoolique;
- après avoir été en contact avec une personne qui présente ou qui est suspecte d'une maladie infectieuse (covid-19), contacter la plateforme d'appel d'urgence du ministère chargé de la santé mise en place en période épidémique, son médecin traitant ou à défaut les secours (15,18,112 ou 114) pour se renseigner sur la conduite à tenir pour soi-même. Suivre leurs consignes.

Arrêt cardiaque

La survenue d'un arrêt cardiaque dans un contexte infectieux ou épidémique (covid-19) amène à prendre des mesures de protection pour le sauveteur et à adapter la prise en charge des victimes.

Cette adaptation est liée à la réalisation de :

- gestes d'examen qui nécessitent un rapprochement étroit avec les voies aériennes de la victime et qui exposent au risque de contamination ;
- gestes de secours de réanimation provoquant notamment une aérosolisation du virus.

L'objectif de cette adaptation consiste à réduire les risques d'exposition au virus. Les adaptations sont les suivantes :

Insister sur le principe : « **ALERTER, MASSER, DEFIBRILLER** »

Durant la période d'épidémie de covid-19, devant une victime qui ne répond pas et ne réagit pas:

- si possible se protéger avec un masque ;
- après avoir allongé la victime sur le dos, ne pas procéder à la bascule de la tête de la victime en arrière pour libérer les voies aériennes. Ne pas tenter de lui ouvrir la bouche;
- ne pas se pencher au-dessus de la face de la victime, ne pas mettre son oreille et sa joue au-dessus de la bouche et du nez de la victime;
- apprécier la respiration de la victime en regardant si son ventre et sa poitrine se soulèvent. La reconnaissance de l'arrêt cardiaque se limite à l'absence de réponse et de respiration normale, sans s'approcher de la bouche de la victime;
- en l'absence de respiration normale ou en cas de doute, faire alerter les secours et demander un DAE;
- débiter immédiatement les compressions thoraciques;
- mettre en œuvre un DAE le plus vite possible (se tenir au pied de la victime lors de l'administration du choc) et suivre les instructions données par le service de secours alerté;
- si possible, placer un tissu, une serviette ou un masque sur la bouche et le nez de la victime avant de procéder aux compressions thoraciques et à la défibrillation. Cela réduit le risque de propagation du virus par voie aérienne pendant les compressions thoraciques ;
- ne pas faire de bouche à bouche. Toutefois, deux situations sont laissées à l'appréciation du sauveteur:
 - o le sauveteur vit sous le même toit que la victime (risque de contamination déjà partagée ou limitée) ;
 - o la victime est un enfant ou un nourrisson.
- poursuivre la réanimation entreprise jusqu'au relais par les services de secours.

NB : En dehors de la situation de la pandémie de covid-19, mais aussi chez l'enfant et le nourrisson la ventilation artificielle est essentielle (même s'il n'est pas possible de la mettre en pratique dans la formation).

Malaise

Certains malaises peuvent survenir chez des victimes qui présentent une maladie infectieuse contagieuse comme le covid-19.

Une maladie infectieuse contagieuse comme le covid-19 peut être évoquée devant une victime qui présente un ou plusieurs des signes suivants :

- une toux;
- une difficultés respiratoire ;
- de la fièvre ou une sensation de fièvre (frissons, chaud-froid);
- des maux de tête, des courbatures, des sueurs et une sensation de fatigue intense ;
- une diarrhée;
- une perte de l'odorat (sans obstruction nasale), une disparition totale du goût.

Devant une victime qui présente une maladie infectieuse à transmission aérienne ou par contact comme le covid 19.

- dès qu'il en a connaissance, le sauveteur s'attache à mettre en application des mesures de protection et de distanciation pour limiter le risque de transmission de la maladie ;
- rechercher les facteurs de risque de gravité à transmettre lors de l'alerte :
 - o être âgé de plus de 60 ans ;
 - o avoir une maladie cardiaque ou pulmonaire, un diabète ou une immunodéficiência;
 - o présenter une obésité ;
 - o suivre un traitement contre la tension, un cancer ou une maladie diminuant l'immunité (maladie chronique, SIDA), être en dialyse pour insuffisance rénale;
 - o Pour une femme : être enceinte.
- demander un avis médical :
 - o si la victime présente de la toux, une sensation de fièvre, des frissons et aucun signe de gravité, **contacter son médecin traitant ou le médecin de garde;**
 - o si la victime présente un essoufflement au repos ou à l'effort, des difficultés respiratoires ou tout autre signe faisant évoquer une urgence vitale, **appeler directement le SAMU-Centre 15 ou un autre service de secours public (18, 112, 114).**

Perte de connaissance

Durant la période d'épidémie covid-19, devant une victime qui ne répond pas et ne réagit pas :

- allonger la victime sur le dos ;
- ne pas procéder à la bascule de la tête de la victime en arrière pour libérer les voies aériennes ;
- ne pas tenter de lui ouvrir la bouche;
- ne pas se pencher au-dessus de la face de la victime, ne pas mettre son oreille et sa joue au-dessus de la bouche et du nez de la victime;
- apprécier la respiration de la victime en regardant si son ventre et sa poitrine se soulèvent, sans s'approcher de la bouche de la victime.

Si la victime ne répond pas et présente une respiration normale :

- faire alerter ou alerter les secours, respecter leurs consignes;
- la laisser allongée sur le dos¹, ne pas mettre la victime en PLS;
- surveiller en permanence la respiration de la victime en regardant son ventre et sa poitrine.

Plaie, brûlure, traumatisme et contexte infectieux

Appliquer les mesures de protection générales devant une victime qui présente une maladie infectieuse contagieuse (voir chapitre protection), tout en surveillant la victime dans l'attente d'un relais ou d'un conseil médical.

- dès qu'il en a connaissance, le sauveteur s'attache à mettre en application des mesures de protection générale et de distanciation pour limiter la transmission de la maladie ;
- chercher la coopération de la victime et l'inciter à pratiquer les gestes de secours sur elle-même. Si elle ne le peut pas, réaliser les gestes de secours tout en essayant de se protéger à l'aide de gants ou en glissant ses mains dans des sacs plastiques ;
- surveiller la victime à distance dans l'attente d'un relais ou d'un conseil médical.

RECOMMANDATIONS PEDAGOGIQUES

Ces recommandations pédagogiques spécifiques ont pour objet de proposer des solutions pour chaque module de formation et permettre aux organismes habilités ou associations nationales agréées de respecter les recommandations générales nécessaires à la reprise des formations de PSC1. **En période d'épidémie, l'apprenant ne doit pas jouer le rôle de victime pour les phases de simulation.**

Alerte

Le formateur s'attachera à bien distinguer les indications de l'appel des services de secours (18, 15, 112 ou 114), des médecins traitants ou de garde, particulièrement en cas de signes de suspicion de maladie infectieuses comme le covid-19.

Obstruction aiguë des voies aériennes

Les techniques de désobstruction des voies aériennes ne peuvent pas être montrées ou réalisées sur une personne.

¹ En période épidémique covid-19, le sauveteur pourra plus facilement surveiller la ventilation de la victime en regardant son ventre et sa poitrine si elle est allongée sur le dos.

Si un mannequin d'entraînement à la désobstruction des voies aériennes est disponible, le formateur peut démontrer ces gestes sur le mannequin puis demander aux apprenants de s'entraîner chacun à tour de rôle. Lors de cet entraînement, les règles de distanciation seront respectées et le mannequin nettoyé entre chaque passage.

En l'absence de mannequin, le formateur pourra expliquer et détailler le geste, il s'aidera avantagusement d'un support visuel (vidéo).

Les techniques des tapes dans le dos ne pouvant être réalisées, les apprenants se limiteront à expliquer la façon de procéder à défaut de pouvoir en faire la démonstration sur un mannequin. Enfin, pour les compressions abdominales, les apprenants pourront montrer la position correcte des mains sur eux-mêmes.

Hémorragies externes

Il est recommandé que chaque participant soit doté d'un lot d'exercice individuel. Ce lot doit être composé du matériel nécessaire pour réaliser un pansement compressif et un garrot improvisé.

Chaque participant pourra alors :

- s'exercer à la réalisation d'une compression manuelle et à la pose d'un pansement compressif sur lui-même.
- montrer la réalisation d'un garrot sur sa propre cuisse ou sa jambe sans le serrer.

Des mannequins peuvent aussi être utilisés pour s'entraîner à la réalisation des gestes d'arrêt des hémorragies. Dans ce cas, les règles de distanciation seront respectées et le mannequin nettoyé entre chaque passage.

Perte de connaissance

Deux conduites à tenir devront être présentées:

- avec la PLS en période non épidémique ;
- sans la PLS en période épidémique covid-19 ;

La position latérale de sécurité peut être présentée à l'aide d'un support pédagogique visuel (vidéo, diaporama, affiches) ;

La mise en pratique peut être effectuée sur un mannequin corps entier. Toutefois, les mannequins disponibles actuellement ne permettent pas tous de réaliser cette technique avec facilité.

Le formateur demandera aux apprenant d'expliquer et de justifier cette technique tout en gardant à l'esprit que seule la finalité du geste compte. « A l'issue de la manœuvre, la victime doit être sur le côté, tête en arrière et la bouche tournée vers le sol ».

Arrêt cardiaque

Si chaque participant et le formateur sont dotés chacun d'un mannequin d'entraînement à la RCP propre et désinfecté, l'apprentissage est inchangé. Le formateur veillera à ce que chaque apprenant utilise le mannequin qui lui est attribué.

Si un mannequin d'entraînement à la RCP est disponible pour 2 ou 3 apprenants, l'exécution de la ventilation artificielle sur le mannequin n'est pas possible. Le formateur doit expliquer la technique, utiliser un support visuel (affiche, diapositive ou vidéo) ou éventuellement la montrer sur un mannequin qui lui est propre. Seules les compressions thoraciques et la défibrillation pourront être réalisées sur le mannequin. Dans tous les cas, le mannequin sera nettoyé entre chaque passage d'apprenant.

Deux conduites à tenir devront être présentées :

- la conduite à tenir habituelle en période non-épidémique ;
- la conduite à tenir avec les restrictions qui concernent la liberté des voies aériennes, la recherche de la ventilation de la victime et l'absence de ventilation artificielle en période épidémique.

En ce qui concerne la ventilation artificielle, particulièrement si elle n'est pas mise en pratique, le formateur rappellera son importance en dehors de la situation de la pandémie de covid-19 ou chez l'enfant.

Exceptionnellement, comme les apprenants ne peuvent pas s'exercer à la réalisation de la ventilation artificielle, ils pourront malgré tout recevoir leur attestation.

Malaise

En plus des éléments habituels du module, les apprenants devront recevoir les informations relatives à la maladie covid-19.

Les positions d'attente seront expliquées en s'aidant d'un support visuel ou démontrées sur un mannequin.

Plaies, brûlures et traumatismes

Concernant les gestes pratiques, demander aux apprenants de les pratiquer sur eux-mêmes.