

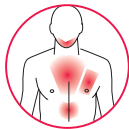
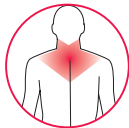
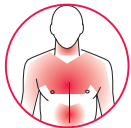


## CONNAÎTRE LES SYMPTÔMES APPELER LE 144

### Adopter le bon comportement en cas d'urgence

Les infarctus du myocarde, les attaques cérébrales et les arrêts cardio-circulatoires sont les urgences les plus fréquentes en Suisse – plus de 50 000 cas par année.

Le programme de sauvetage HELP de la Fondation Suisse de Cardiologie vise à ce que la population suisse reconnaisse les symptômes d'une urgence cardiaque et cérébrale, compose immédiatement le **numéro d'urgence 144** et sauve des vies.



#### Symptômes d'infarctus du myocarde

- violente oppression dans la poitrine et douleurs avec sensation de serrement ou de brûlure (durant plus de 15 minutes), souvent liées à des difficultés à respirer et à une forte angoisse
- parfois, irradiation des douleurs dans toute la cage thoracique, vers les deux épaules, les bras, la gorge, la mâchoire inférieure et la partie supérieure de l'abdomen
- symptômes supplémentaires éventuels: teint pâle et blafard, nausées, sensation de faiblesse, poussée de sueur, difficultés à respirer, pouls irrégulier
- la douleur est indépendante de l'activité physique et de la respiration et ne disparaît pas suite à la prise d'un médicament à base de nitroglycérine

Chez les femmes, les diabétiques et les personnes âgées, il se peut que les symptômes suivants soient les seuls signaux d'alarme: difficultés respiratoires, nausée inexplicable et vomissement, sensation de pression dans la poitrine, le dos ou l'abdomen.

#### Symptômes d'attaque cérébrale

- soudaine paralysie, troubles sensitifs ou affaiblissement, le plus souvent d'un seul côté du corps (visage, bras ou jambe)
- cécité subite (souvent d'un seul œil) ou vision double
- difficultés à parler ou à comprendre ce qui est dit
- vertiges violents et incapacité à marcher
- maux de tête soudains, inhabituels, intenses

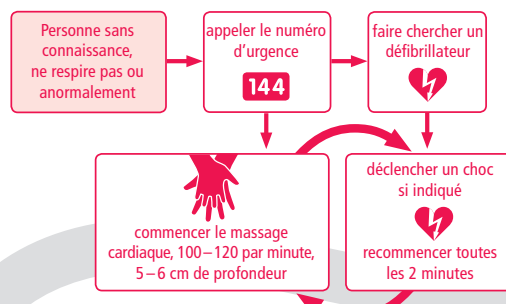
#### Comportement approprié en cas d'infarctus du myocarde ou d'attaque cérébrale – chaque minute compte!

- Appelez le **numéro d'urgence 144** (à l'étranger, le numéro d'alarme local).
- Donnez l'adresse (ou l'emplacement précis), le nom et l'âge du patient.
- Positionnez la personne ayant subi une attaque cérébrale sur le dos, resp. la personne ayant subi un infarctus du myocarde, le haut du corps légèrement surélevé sur une surface dure ou sur le sol.
- Dégrafez des vêtements trop serrés, cravate ou soutien-gorge.
- La nuit, éclairez la maison, les escaliers et la porte d'entrée. Priez un voisin de guider l'ambulance pendant que vous restez auprès du patient et le rassurez.

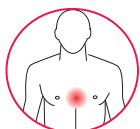
#### Symptômes d'arrêt cardio-circulatoire

- la victime tombe à la renverse ou s'affaisse sur son siège
- absence de réaction à une voix forte et au secouement
- absence de respiration

#### Les mesures vitales à accomplir sur des personnes sans réaction à la parole ou au secouement:



Source: American Heart Association 2015



#### En situation d'urgence, chaque minute compte!

Il est important d'appliquer la pression correcte pour le massage cardiaque: au milieu du thorax, partie inférieure du sternum, 5 à 6 cm de profondeur.

[www.swissheart.ch/urgence](http://www.swissheart.ch/urgence)



Pour les personnes entraînées au secourisme, il est recommandé de pratiquer le massage cardiaque et le bouche-à-bouche (rythme 30:2).