

# MÉMO SÉCURITÉ

10 avril 2023 – Étouffement chez une personne consciente

Le saviez-vous?

Il s'agit d'une série en deux parties sur les premiers secours à apporter à une personne qui s'étouffe. Pour une assistance immédiate lorsque vous voyez une personne s'étouffer, appelez le 911.

## Signes d'étouffement

L'étouffement se produit lorsque les voies respiratoires sont bloquées par un corps étranger. S'il n'est pas traité, la personne perd conscience et fait un arrêt cardiaque.

Une personne qui peut parler, tousser ou crier avec force a suffisamment d'air et peut être en mesure de dégager elle-même ses voies respiratoires.

Si les voies respiratoires ne sont pas complètement bloquées, restez simplement avec la personne et essayez de la garder calme. N'intervenez que lorsque les voies respiratoires de la personne sont complètement obstruées. Reconnaissez les signes d'étouffement, qui peuvent inclure<sup>1</sup> :

- Expression faciale - panique, confusion, surprise
- Mains sur la gorge
- Toux faible
- Incapable de parler, de tousser ou de pleurer
- Couinement aigu
- La peau peut être rouge ou bleu pâle
- La personne peut quitter les lieux publics par gêne

## Aider une personne qui s'étouffe

Après avoir évalué la scène, demandez si la personne s'étouffe et obtenez son consentement pour l'aider.

- Appelez le 911.
- Si disponible, procurez-vous l'équipement de RCP/DEA au cas où la personne ne réagirait plus.
- S'il y a d'autres personnes, assignez ces tâches à quelqu'un. Il est important d'assigner chaque tâche à une personne spécifique, même si vous ne connaissez pas son nom. Utilisez des phrases ou des mots similaires pour attirer l'attention de quelqu'un : "Hé, chemise verte, appelle le 911, quelqu'un s'étouffe."

Donnez des soins à l'adulte ou à l'enfant (figure 1) en donnant 5 coups dans le dos suivi de 5 poussées abdominales et répétez. Si la personne est trop grande pour atteindre son abdomen, si elle est enceinte ou en fauteuil roulant (figure 2), ou si c'est un nourrisson (figure 3), donnez 5 coups dans le dos suivi de 5 poussées thoraciques, au lieu de la poussée abdominale.



Figure 1: Coups de dos et poussées abdominales adultes/enfants<sup>2</sup>



Figure 2: Enceintes ou impossible de faire le tour de l'abdomen



Figure 3: Coups de reins et poussées thoraciques du nourrisson<sup>3</sup>

Des informations supplémentaires sur la manière d'administrer les premiers secours à une personne qui s'étouffe et d'effectuer les manœuvres seront fournies dans le mémo de la semaine prochaine.

<sup>1</sup> St. John Ambulance. (January 2019). First Aid reference guide, 4<sup>th</sup> edition. Retrieved from [https://www.sja.ca/sites/default/files/2021-05/First%20aid%20reference%20guide\\_V4.1\\_Public.pdf](https://www.sja.ca/sites/default/files/2021-05/First%20aid%20reference%20guide_V4.1_Public.pdf)

<sup>2</sup> Mayo Clinic. (Oct 11, 2022). Choking: First Aid. Retrieved from <https://www.mayoclinic.org/first-aid/first-aid-choking/basics/art-20056637>  
<sup>3</sup> Fairview. (2022). Choking First Aid (Infant, up to age 1 year). Retrieved from <https://www.fairview.org/patient-education/511205EN>