



Qu'est-ce qu'un arrêt cardio-circulatoire?

Les battements de notre cœur sont déclenchés par des impulsions électriques. Le chef d'orchestre ou stimulateur naturel du cœur est le nœud sinusal. Des **dysfonctionnements électriques** peuvent stopper la fonction de pompe du cœur: la circulation sanguine s'interrompt et aucun organe n'est plus alimenté en sang et oxygène, ce qui entraîne des lésions en fonction des organes. La victime perd connaissance ou cesse de respirer.

Le nœud sinusal est le chef d'orchestre des battements de cœur, il délivre à intervalles réguliers des impulsions électriques.

En cas d'arrêt cardio-circulatoire, il faut **IMMÉDIATEMENT** commencer un massage cardiaque. Le massage cardiaque remplace la fonction de pompe du cœur.



Toujours une urgence!

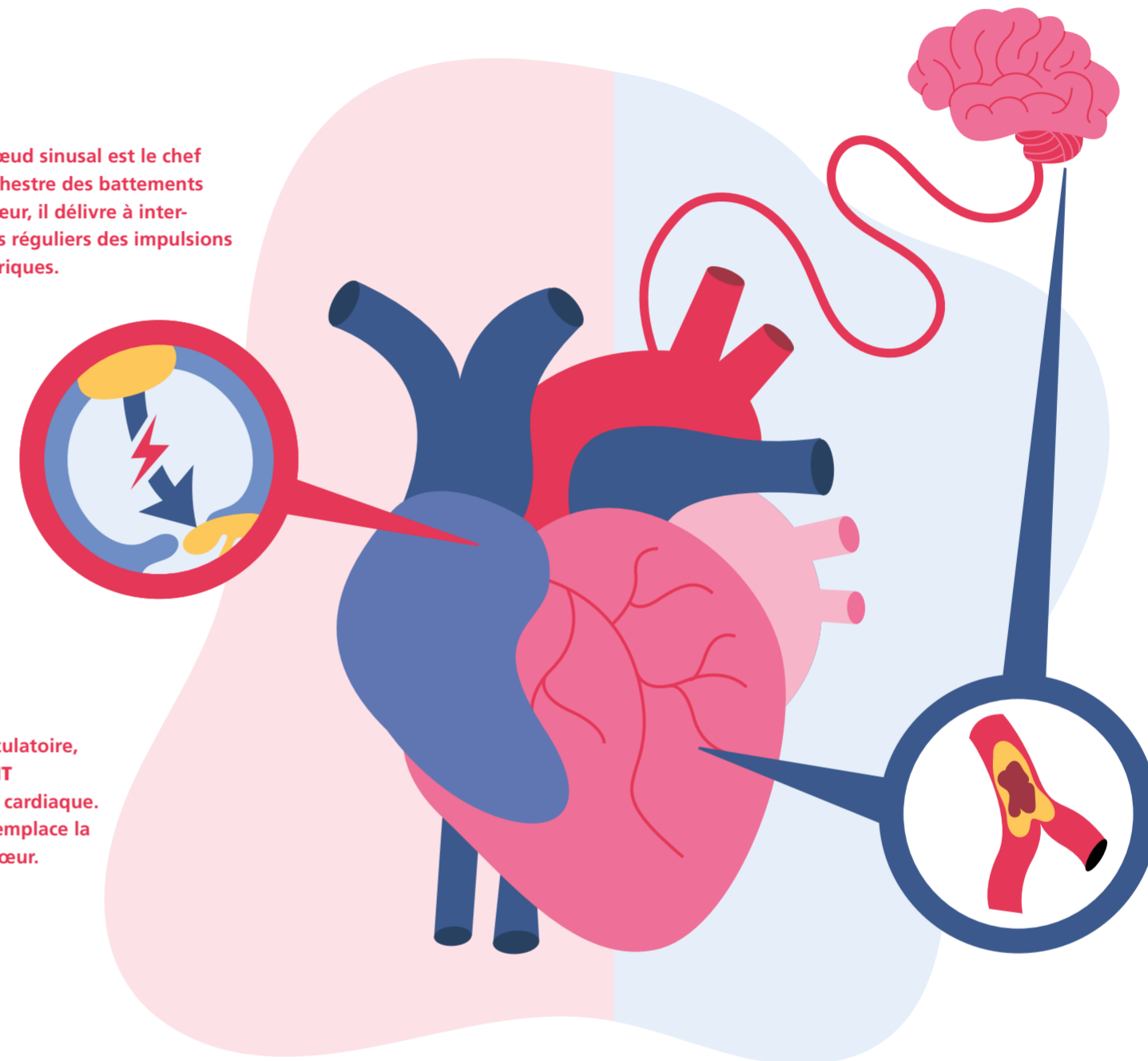
En l'absence de secours immédiats, de nombreuses victimes meurent ou restent handicapées. Reconnaître les symptômes et réagir correctement, c'est aider à améliorer les chances de survie et à éviter des séquelles. En agissant correctement, n'importe qui peut sauver une vie.

Lisez au verso comment agir en cas d'urgence. Notre conseil: servez-vous du verso comme affiche à accrocher bien en vue pour être préparé à toute éventualité.

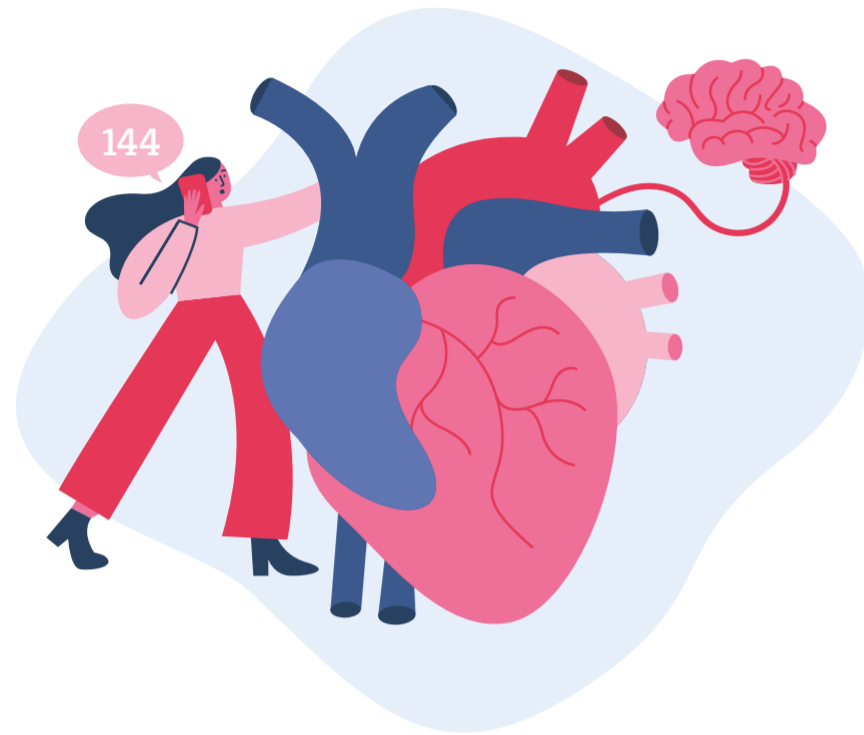
L'attaque cérébrale: quand l'oxygénation du cerveau est tout à coup interrompue.

Une attaque cérébrale (accident vasculaire cérébral, AVC) se produit lorsque l'irrigation sanguine d'une partie du cerveau est tout à coup interrompue. Ce trouble de la circulation fait que certaines parties du cerveau ne **reçoivent plus d'oxygène**, et sont donc endommagées ou meurent. En fonction de la région du cerveau touchée et de la durée du trouble de la circulation, cela entraîne des perturbations sévères et parfois durables de fonctions physiques importantes (p. ex. paralysie, troubles de la vue, troubles de la parole), voire la mort.

Dans la plupart des cas, un caillot de sang bloque le passage du sang et de l'oxygène. Plus rarement, c'est une hémorragie cérébrale due à la déchirure d'un vaisseau sanguin qui entrave fortement l'oxygénation.



Agir correctement en cas d'arrêt cardio-circulatoire, d'infarctus du myocarde ou d'attaque cérébrale



Fondation Suisse
de Cardiologie

Dufourstrasse 30 | Case postale | 3000 Berne 14
031 388 80 80 | info@swisheart.ch | www.swisheart.ch



Consultation

Vous pouvez poser vos questions sur les maladies cardio-vasculaires et l'attaque cérébrale par courrier ou en ligne: www.swisheart.ch/consultation

L'infarctus du myocarde: lorsqu'une partie du muscle cardiaque n'est plus oxygénée.

Lors d'un infarctus du myocarde, le muscle cardiaque ne reçoit plus assez de sang. Cela est dû à l'obstruction partielle ou complète d'une artère. Dans ce cas, le cœur n'est plus assez oxygéné par le sang et les parties du muscle cardiaque touchées meurent rapidement. Lors d'un infarctus du myocarde, le cœur n'arrête en général pas de battre, mais il est endommagé.

Prendre les signes avant-coureurs au sérieux

L'infarctus du myocarde et l'attaque cérébrale se produisent rarement comme un coup de tonnerre dans un ciel serein. Bien souvent, quelques jours ou semaines auparavant, des symptômes se manifestent et sont des signes prémonitoires. Ce sont en général les mêmes symptômes que lors de l'accident proprement dit, mais qui s'estompent rapidement. **Dans ce cas également, ce n'est pas votre médecin de famille qu'il faut contacter, mais immédiatement le numéro d'urgence 144!**

Compte pour les dons
IBAN CH16 0900 0000 1000 0065 0



Par votre don, vous nous aidez à sauver plus de vies et à éviter des souffrances dues à la maladie et aux handicaps qui en découlent.



À quoi reconnaît-on un arrêt cardio-circulatoire?



ne réagit pas, même en lui parlant fort et en la secouant



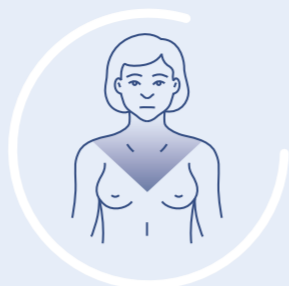
ne respire pas ou pas normalement



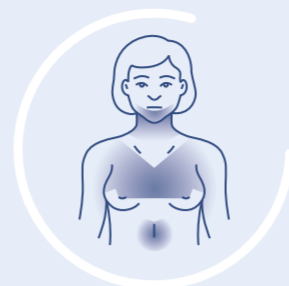
la personne perd connaissance et tombe ou s'affaisse sur sa chaise

Un peu moins d'une personne sur huit survit en Suisse à un tel accident lorsqu'il se produit hors d'un hôpital. L'intervention immédiate de profanes peut améliorer considérablement les chances de survie.

À quoi reconnaît-on un 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

Attention: chez les **femmes, les diabétiques et les personnes âgées**, il se peut que les symptômes suivants soient les seuls signaux d'alarme:



détresse respiratoire



nausées inexplicables et vomissements



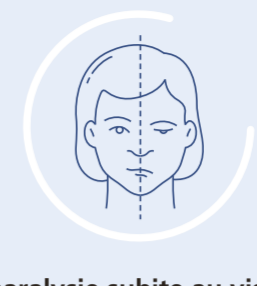
pression dans la poitrine, le dos ou le ventre

Autres symptômes

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.

Symptômes supplémentaires éventuels: teint pâle et blafard, nausées, sensation de faiblesse, poussée de sueur, difficultés à respirer, pouls irrégulier.

À quoi reconnaît-on une attaque cérébrale?



paralysie subite au visage (en particulier d'un seul côté)



maux de tête soudains, intenses et inhabituels



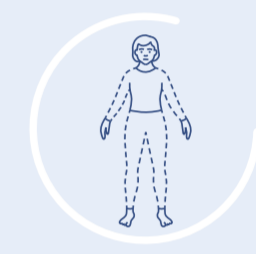
troubles de la vue, cécité subite (souvent d'un seul œil) ou vision double



vertiges violents avec incapacité à marcher




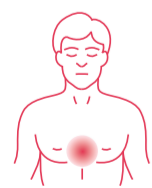
difficultés à parler ou à comprendre ce qui est dit



paralysie subite dans les bras ou les jambes (le plus souvent d'un seul côté du corps)

Réagir correctement

1. Appelez à l'aide.
2. Composez immédiatement le **numéro d'urgence 144** et restez en ligne: la centrale d'appels sanitaires urgents va vous soutenir jusqu'à l'arrivée des secours. (à l'étranger, le numéro d'alarme local).
3. Demandez à quelqu'un d'aller chercher un défibrillateur (DAE). 
4. Commencez le massage cardiaque ou la réanimation cardio-pulmonaire:



Le massage cardiaque a la priorité absolue, commencez sans attendre. Point de pression pour le massage cardiaque:

au milieu de la cage thoracique, sur la moitié inférieure du sternum, 5 à 6 cm de profondeur, 100 à 120 fois par minute.



Pour les personnes entraînées aux premiers secours, il est recommandé de pratiquer le massage cardiaque ainsi que le bouche-à-bouche (rythme 30:2).

Dans le doute, faites uniquement le massage cardiaque. La centrale d'appels sanitaires urgents 144 vous soutiendra par téléphone.

5. Mettez le défibrillateur en marche et suivez les instructions.



Réagir correctement

1. Composez immédiatement le **numéro d'urgence 144** et restez en ligne: la centrale d'appels sanitaires urgents va vous soutenir jusqu'à l'arrivée des secours. (à l'étranger, le numéro d'alarme local).
2. Indiquez l'adresse (emplacement précis), le nom et l'âge de la personne. Même si vous êtes émotionné-e, écoutez bien et répondez aux questions.
3. Allongez la personne dans la position qui lui convient. Dégrafez des vêtements serrés, cravate ou soutien-gorge, pour que la personne respire mieux. Le torse légèrement surélevé soulage le cœur.
4. Si la victime est sans connaissance, allongez-la en position latérale et contrôlez régulièrement sa respiration. Si son état s'aggrave, dites-le à la centrale d'appels sanitaires urgents 144.
5. La nuit, éclairez l'appartement, les escaliers et la porte d'entrée. Priez un-e voisin-e de guider l'ambulance pendant que vous restez auprès de la personne touchée et la rassurez.

