

# Comment Réagir face à une Mort Subite

**LE GESTE QUI SAUVE !!!**

*Dr Ph HOUPLON*

*22 Septembre 2021*

# L'Enjeu

- Cela concerne 50 000 personnes qui meurent brutalement (et trop tôt) chaque année
- Notre pays est en retard sur l'éducation de la population pour la prise en charge de l'accident par les témoins

# Qu'est ce qu'une Mort Subite ?

- 50 000 victimes par an en France, soit 130 par jour !
- Soit **10 fois plus** de victimes que les accidents de la route !
- Aujourd'hui, seules **2 à 3 %** des victimes d'arrêt cardiaque survivent en France (différences entre les régions ++)
- Ville américaine Seattle **30 % de survivants**

# Qui est coupable ?

- 88 % des arrêts cardiaques ont pour cause un trouble du **rythme cardiaque**
- Les autres causes sont :
  - Accident vasculaire cérébral,
  - Noyade,
  - Electrocutation,
  - Traumatisme thoracique,
  - Toxiques (médicaments)

# La mort subite du sportif

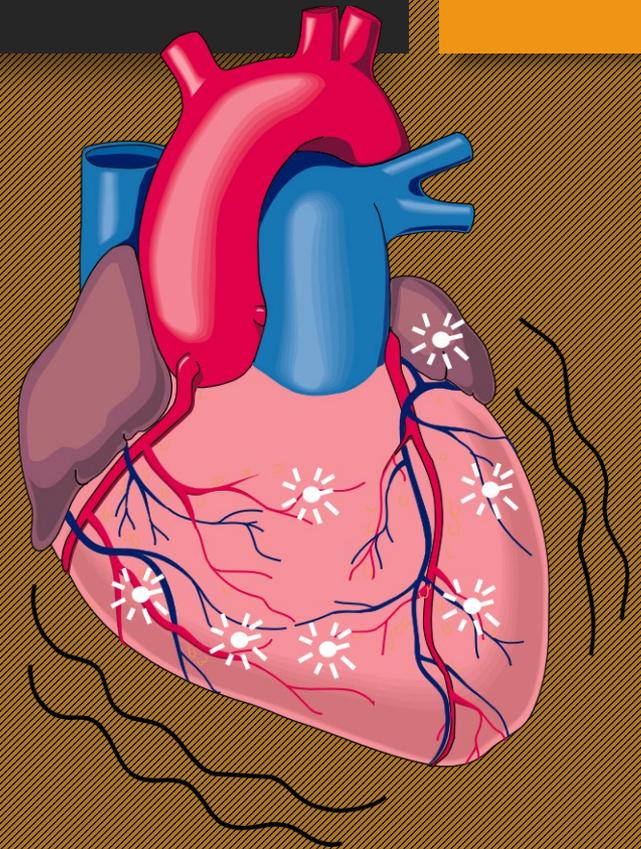
- 1500 à 3000 morts/an
- Sujet jeune, voire sportif
- En apparence bonne santé



**Euro 2021 Christian Eriksen s'écroule en plein match**

# Mort subite : que se passe-t-il au niveau du cœur ?

- Le cœur **fibrille** :
  - Il se met à fonctionner de façon anormale
  - Ce qui empêche la circulation du sang dans l'organisme et donc l'apport en oxygène



# Comment reconnaître la Mort Subite ?

- La victime tombe, inconsciente
- Ne réagit pas quand on la stimule
- Ne respire pas ou de façon irrégulière



C'est une Mort Subite, un ARRÊT CARDIAQUE

Pouvez vous en être Témoin ?

- OUI !!!!!

# Où se passe la Mort Subite ?

- A domicile 75-80 %
- Voie publique : 10 %
- Travail : 1-2 %
- Sport : 1-2 %
- Lieux Publics : 5 %

# Qu'est-ce qui se passe actuellement en France ?

50 000 morts subites par an :

- 3/4 surviennent à domicile
- 3/4 devant témoin

Le témoin met 4-6min

reconnaître la gravité

appeler les secours d'urgence

La moitié des témoins ne fait plus rien après avoir appelé les secours

- Or le délai d'intervention des secours = 10 à 30 minutes



2 à 3 % de survie à un arrêt cardiaque

# Les objectifs

- Délai réduit à 1min entre le diagnostic de mort subite et l'appel aux secours
- Que 100 % des témoins pratiquent le massage cardiaque
- Des défibrillateurs disponibles



10 % de survie à une mort subite  
(jusqu'à 40% pour les jeunes sportifs)

=

4 000 vies sauvées !

# Chaque minute compte !

- Chaque minute qui passe, c'est 10 % de chances de survie en moins !
- Que faut-il faire ?
  - Ne pas paniquer
  - Se déplacer dans un endroit sécurisé pour vous et la victime
  - Faire **3 gestes simples** mais vitaux :



**APPELER**



**MASSER**



**DEFIBRILLER**

# APPELER le 15, le SAMU

- Appeler ou faire appeler le **15** et se préparer à répondre à des questions simples



# APPELER le 15 : les Questions

- Qu'est-ce qui s'est passé ?
- Où êtes-vous, où est la victime ?
  
- Qu'est-ce que vous avez déjà fait ?
- Savez-vous faire un massage cardiaque ?

# MASSER : pourquoi ?

- Le cœur est une pompe :
  - Il fait circuler le sang vers les organes
  - Et les nourrit en oxygène
- Quand le cœur s'arrête :
  - Il faut se substituer à la pompe pour continuer à faire circuler le sang dans l'organisme
  - On évite ainsi des lésions irréversibles (cerveau !!)

# DEFIBRILLER : pourquoi ?

- L'arrêt cardiaque est dû à une **activité électrique désorganisée du cœur** : La Fibrillation



- Il faut délivrer un **choc électrique** pour le faire repartir
- Si un défibrillateur est disponible à proximité, aller le chercher au plus vite

# DEFIBRILLER :

## une manœuvre très simple !

- L'appareil est très facile à utiliser :
  - Ouvrir l'appareil
  - Une voix donne les instructions à suivre
  - Il n'y a qu'à brancher les électrodes sur la poitrine de la victime



# DEFIBRILLER

- L'appareil fait le diagnostic
- Il délivre le choc si c'est nécessaire :

donc aucun risque  
de se tromper !



# La loi vous protège !!

- Vous ne pouvez pas être mis en cause lors de manœuvres de réanimation

Utiliser le Défibrillateur n'est JAMAIS une faute, la victime ne peut pas aller plus mal ...

LE PIRE EST DE NE RIEN (savoir) FAIRE !!



# Prenez soin de votre coeur

0 cigarette

5 fruits et légumes par jour

30 minutes d'activité physique par jour