

Quand et comment utiliser un défibrillateur cardiaque ? ❤️

Une personne chute au sol devant vous. Elle a l'air de ne pas bouger et ne pas respirer. Et si c'était un arrêt cardiaque ? Que faire ? Un prénom (ou bien trois mot) est à retenir : **AMéDé (AMD)** : Appeler, Masser, Défibriller. Comment réaliser correctement ces gestes ? Comment s'utilise un défibrillateur cardiaque ?

1 - Appeler le 15

Si vous êtes témoin d'un arrêt cardio-respiratoire, il faut solliciter de l'aide afin de démarrer le massage cardiaque tout appelant le centre 15. MédecinDirect, au même titre que tout service de téléconsultation médicale n'est pas un service d'urgences. **Si vous êtes seul(e)**, il faut démarrer par appeler 15 puis commencer le massage cardiaque. Lorsque vous avez le centre 15 au téléphone, restez calme et répondez aux questions de l'interlocuteur de façon précise sans oublier l'adresse où vous vous situez. Puis, il faut commencer le massage cardiaque sans délais.

2 - Faire un massage cardiaque

Le massage cardiaque, vital, est le geste le plus important. Il se réalise une main sur l'autre, en exerçant une pression avec la paume de la main, bras tendus entre les deux mamelons. Le rythme du massage est celui du [refrain de la musique "stay alive"](#) (110 battements par minute). 📌 Par ailleurs, il est important que l'une des personnes présentes note l'horaire de début de l'arrêt cardiaque ainsi que l'horaire de début du massage cardiaque (cela servira aux secours pour leur prise en charge).

3 - Utiliser un défibrillateur cardiaque

Lorsqu'une personne est victime d'un arrêt cardiaque, le coeur peut être relancé par un choc électrique - délivré par un défibrillateur cardiaque. L'objectif est de détecter

un trouble du rythme cardiaque et d'essayer de le resynchroniser. Les défibrillateurs sont de nos jours dans beaucoup d'endroits autour de nous (aéroports, gares, stades, lieux de passage). Mais comment devons nous les utiliser ?

👉 Pendant qu'une personne réalise le massage cardiaque, une personne doit trouver et ramener un Défibrillateur Automatique Externe (DAE)

□ Ensuite, il faut ouvrir le boîtier et suivre les conseils vocaux. Coller les deux électrodes : l'une sous la clavicule droite, l'autre sous le sein gauche.

▮ Par la suite le DAE va analyser durant quelques secondes le rythme cardiaque de la victime.

- Si le rythme est déterminé comme "chocable", l'appareil nous annoncera qu'il ne faut plus toucher la victime et délivrera un choc (soit seul, soit en appuyant sur un bouton clignotant sur le DAE)
- Si le rythme est non "chocable", il faut masser de nouveau 👉 jusqu'à ce qu'une nouvelle analyse du rythme de la victime par le DAE soit réalisée.

Si aucun défibrillateur cardiaque n'est aux alentours, le plus important reste le massage cardiaque externe **jusqu'à l'arrivée des secours sur les lieux**. De nos jours, de nombreuses applications sont disponibles en téléchargement gratuit sur smartphones et donnent la localisation précise des défibrillateurs autour de nous. Entre autres, [SAUV Life](#). Pensez à la télécharger : ça pourrait vous servir un jour !