S06 QUE FAIRE EN CAS DE MALAISE VAGAL ?

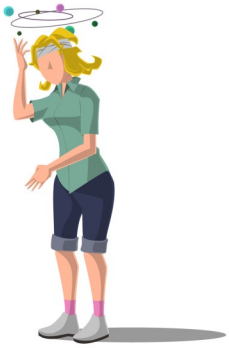
En cas d'accident, effectuer rapidement les premiers gestes peut sauver une vie. Pour savoir réagir dans ces situations, suivez une formation de Sauveteur Secouriste du Travail (SST).

Cette fiche est un rappel des premiers gestes de secours à effectuer. Elle peut être affichée sur votre lieu de travail ou rangée à proximité de votre trousse de secours.

LES SIGNES D'UN MALAISE VAGAL

Un malaise vagal est un évanouissement due à une baisse brutale et transitoire de la tension artérielle. Le sang n'arrive plus au cerveau en quantité suffisante ce qui entraine un malaise pouvant aller jusqu'à la perte de connaissance.

Ce type de malaise est généralement très bref. Il est sans gravité la plupart du temps, mais la chute liée à la perte de connaissance peut avoir des conséquences lourdes : chute dans un escalier, heurt violent contre un élément, etc.



Les symptômes du malaise vagal peuvent être :

- Troubles de la vision (voile noir) ;
- Bourdonnements d'oreilles (les sons alentour deviennent presque inaudibles) ;
- Vertiges, faiblesses dans les jambes ;
- Tremblements ;
- Douleurs abdominales ;
- Palpitations cardiaques ;
- Maux de tête ;
- Perte de connaissance de quelques secondes (syncope).

LES CAUSES D'UN MALAISE VAGAL

Le malaise vagal est fréquent. Les causes sont multiples.

Il peut être déclenché par des facteurs physiques comme un changement trop rapide de la position allongée à debout, une douleur vive, une fatigue intense, une forte chaleur, un effort intense, un jeûne prolongé, le mal des transports, un manque de ventilation dans un lieu surpeuplé, la vue du sang, etc.
Des facteurs psychologiques comme un stress important ou des émotions fortes peuvent aussi être à son origine.
Certains médicaments peuvent aussi favoriser le déclenchement d'une syncope.

CONDUITE À TENIR

S'assurer que la victime est consciente

1. Mettre la victime au repos : assise ou allongée par terre ; faciliter sa respiration ; surélever ses jambes pour faciliter l'afflux sanguin ; la couvrir ; la rassurer
2. Recueillir les informations nécessaires aux secours : nom, âge, type et durée des symptômes, prise de médicament, antécédents médicaux.
3. Alerter les secours : SAMU (15) et transmettre ces informations afin d'obtenir un avis médical.
4. Rester avec la victime jusqu'à l'arrivée des secours.

> Retrouvez toutes les fiches Secours sur www.cdg25.org / notre espace documentaire

> Illustrations by macrovector / Freepik

Centre de Gestion
FONCTION PUBLIQUE
TERRITORIALE
DOUBS

SERVICE PRÉVENTION
50 AVENUE WILSON–CS 98416
25208 MONTBÉLIARD CEDEX

prevention@cdg25.org

WWW.CDG25.ORG