

## Signes d'alerte

La victime s'étouffe si :

- Elle ne peut pas parler,
- Elle porte la main à la bouche,
- Elle garde la bouche ouverte,
- Elle fait des efforts pour respirer sans que l'air n'entre ni ne sorte,
- Elle ne peut pas tousser.



Si la victime peut encore parler, il ne s'agit que d'une obstruction partielle des voies aériennes. Dans ce cas, ne faites ni claques dans le dos, ni compressions : cela pourrait aggraver la situation.

## Que faire ? (chez l'adulte et l'enfant de plus d'un an)

Si la victime est consciente :

- **Donnez lui 5 claques dans le dos maximum**

Technique des claques dans le dos :



- Tenez-vous sur le côté et un peu en arrière de la victime.
- Penchez-la vers l'avant en soutenant sa poitrine d'une main, ce qui permettra à l'objet obstruant les voies aériennes de ne pas s'enfoncer davantage dans la trachée.
- Administrez un maximum de cinq claques entre les omoplates. Chaque claque a pour but de provoquer un mouvement de toux permettant de déloger l'objet.
- Après chaque claque, observez si le corps étranger a été rejeté ou non. Dans l'affirmative, la victime reprend sa respiration et tousse, et il est inutile de lui donner d'autres claques dans le dos.

- Si les claques dans le dos n'ont pas eu d'effet, **réalisez 5 compressions abdominales** (méthode de Heimlich)

Technique des compressions abdominales :



- Tenez-vous derrière la victime et placez vos bras autour de la partie supérieure de son abdomen.
- Penchez la victime vers l'avant.
- Placez un de vos poings fermés entre le nombril et l'extrémité inférieure du sternum. Le point doit être en position horizontale, le dos de la main tourné vers le haut.
- Maintenez votre poing en place à l'aide de votre autre main. Enfoncez fortement votre poing vers vous et vers le haut. Recommencez ce geste 5 fois au maximum.

- Si le problème n'est pas résolu, **alternez 5 claques dans le dos et 5 compressions abdominales**

- Si la **victime perd connaissance**, posez-la délicatement au sol et **alertez immédiatement les secours**, puis **entrenez une réanimation cardio-pulmonaire** en commençant par effectuer 30 compressions thoraciques.