

La Chaîne de survie



Par: Louis-Pierre Fournier

Préparé pour : PS - G

Janvier 2008

FMCQ

- Mission: Promouvoir la santé du coeur en recueillant des fonds afin d'appuyer la recherche et la prévention dans le domaine des maladies cardiovasculaires et des accidents vasculaires cérébraux au Québec.
- Recherche: Depuis 1955 plus de 58,5 millions de dollars ont été consacré à la recherche.



Activité : Placez les maillons dans le bon ordre!

La Chaîne de survie

se compose d'une série de mesures prises afin de réduire le risque de crise cardiaque, et réagir rapidement si elle survient. Chaque mesure, ou maillon de la chaîne, est essentielle à la survie de la victime d'une crise cardiaque.

La chaîne est aussi forte que son maillon le plus faible – si l'un des maillons est faible ou absent, les chances de survie sont amoindries d'autant.



Habitudes de vie saines

- En choisissant des habitudes de vie saines, le risque d'une crise cardiaque est diminué.
- Les habitudes de vie saines comprennent la prévention des blessures et les choix santé : éviter de fumer, adopter un régime alimentaire sain et faible en gras, faire de l'activité physique, connaître sa tension artérielle et prendre le temps de relaxer et de profiter de la vie.



Identification rapide

- On ne peut pas prévenir toutes les maladies du cœur. On doit identifier rapidement les symptômes d'une crise cardiaque.
- Les signes avant-coureurs de la crise cardiaque comprennent : une douleur légère ou sévère au niveau de la poitrine qui peut irradier vers le cou, la mâchoire, les épaules, les bras et le dos; une difficulté respiratoire; un teint pâle, des sueurs ou une faiblesse; des nausées, des vomissements et/ou une indigestion; la peur, l'anxiété et la négation.
- Les causes de délais les plus courantes sont : la négation du problème, l'incapacité d'identifier les symptômes et l'ignorance des mesures à prendre.



Accès rapide

- Dès que les témoins ont identifié l'urgence, ils doivent obtenir de l'aide des services médicaux d'urgence en composant le 911 ou le numéro d'urgence local.
- Les personnes qui ressentent les signes d'une crise cardiaque doivent être secourues aussi rapidement que possible.
- Les délais surviennent lorsque la victime ou le témoin ne reconnaît pas les signes d'une crise cardiaque, lorsqu'il n'existe pas un numéro d'urgence universel (e.g. 911).



Administration rapide de la RCR

- On doit administrer la RCR aussitôt qu'on a identifié l'arrêt cardiaque.
- La RCR maintient le débit du sang oxygéné vers le coeur et le cerveau jusqu'à ce que la circulation soit rétablie. La RCR est bénéfique seulement entre 3 et 8 minutes après l'arrêt du coeur et de la respiration.
- Les délais surviennent lorsque le témoin ne connaît pas la RCR et ne sait pas comment réagir face à une urgence cardiaque.



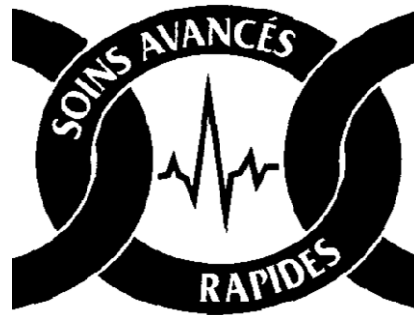
Défibrillation rapide

- La défibrillation consiste à donner un choc électrique au coeur, afin de rétablir son rythme normal.
- La défibrillation est le maillon le plus susceptible d'améliorer les taux de survie.
- La rapidité d'administration de la défibrillation est un déterminant principal du succès de la tentative de réanimation.
- Pour rétablir le rythme cardiaque normal, la défibrillation doit être administrée en delà de 10 à 12 minutes.



Soins avancés rapides

- Des professionnels de la santé administrent les soins avancés en réanimation, en ayant recours aux médicaments et à de l'équipement spécial.
- Les soins avancés peuvent être administrés sur les lieux et/ou à l'hôpital.



Réadaptation rapide

- À la suite d'une crise cardiaque, les patients et leurs familles font face à de nouveaux défis. Il est possible de prévenir une deuxième crise cardiaque en adoptant des habitudes de vie saines.
- Le retour à une vie active au sein de la communauté ne se fait pas sans aide. La Fondation des maladies du cœur offre plusieurs ressources pour aider.



Facteurs de risques

- Deux catégories:

- Contrôlables:

Quels sont les
facteurs de risques?

- Non contrôlables:

Facteurs de risques

- Contrôlables:

- **Cholestérol**
- Sédentarité
- **Tabac**
- Alcool
- **Hypertension artérielle**
- Stress
- Diabète
- Embonpoint
- Etc.

- Non contrôlables:

- Hérité
- Sexe
- Âge
- Ethnie



Prochains points à aborder

- Reconnaissance rapide
 - Anatomie et physiologie
 - Urgences cardio-vasculaires victime consciente
- Accès rapide
 - Activation des SPU
- RCR rapide
 - Techniques de réanimation