

**Références :**

- ▶ Arrêté du 24 juillet 2007 modifié : référentiel de compétence de secours civique de 1<sup>er</sup> niveau
- ▶ Article R.4224-15 du code du travail Article

Le malaise est un « mal à l'aise », une sensation pénible ressentie par une victime consciente.

Souvent bénin, le malaise peut avoir plusieurs origines : une chute momentanée de tension, un manque de sucre, une blessure, un choc ...

Cependant, il peut aussi annoncer une maladie plus grave (crise cardiaque, attaque cérébrale...).

**En conséquence, le malaise ne doit pas être pris à la légère.**

## Principaux symptômes

- Bouffées de chaleur,
- fatigue,
- jambes flageolantes, vertige,
- douleur serrant la poitrine, comme dans un étau,
- palpitations cardiaques,
- crampes digestives,
- pâleur intense,
- sueur abondante, en dehors de tout effort et alors que la température ambiante n'est pas élevée,
- La victime a du mal à respirer ou à parler,
- La victime a une paralysie du bras ou de la jambe, à la bouche déformée,...

## Secourisme : conduite à tenir

La présence d'un secouriste régulièrement formé est fortement conseillée. Elle est obligatoire dans les ateliers où sont exercés des travaux dits dangereux et sur chaque chantier employant au moins 20 salariés pendant 15 jours (Décret 85-603 et *article R.4224-15 du code du travail*).

- Allonger la personne (*pour éviter tout risque de chute*), en surélevant ses jambes (*pour améliorer l'irrigation sanguine du cerveau*) en les posant sur l'assise d'une chaise par exemple.
- A défaut de pouvoir l'asseoir, l'installer en position semi-assise le dos contre un mur, notamment si elle a du mal à respirer ou tout simplement lui laisser prendre une position qui lui paraît être la plus confortable.
- La couvrir (*une victime au sol se refroidit vite*) idéalement avec une couverture de survie prise dans la trousse de secours.
- Lui faciliter la respiration : desserrez la cravate, le col de chemise, la ceinture ou tout autre objet gênant.
- Ne pas déplacer la victime mais s'assurer qu'elle soit dans un endroit calme et tranquille. Au besoin faire sortir les personnes présentes.
- Si elle est agitée, l'isoler et éloigner les objets avec lesquels elle pourrait se blesser ou blesser quelqu'un.
- Poser des questions et relever ses plaintes :
  - Depuis combien de temps dure ce malaise ?

- Avez-vous déjà eu un malaise ?
  - Prenez vous des médicaments ou suivez-vous un traitement ? Si oui, noter le nom du médicament (si l'agent souhaite vous le donner et/ou s'il s'en souvient) puis le communiquer au Centre 15 ou au 112.
  - Avez-vous été hospitalisé récemment ?
  - Avez-vous mal ? Où ? Quels sont les signes de douleurs ?
- Appeler ou faites appeler les secours : Centre 15 SAMU ou 112 (*numéro d'appel européen*) même si la victime s'y oppose et retranscrivez les éléments recueillis. Il peut être intéressant pour le médecin de parler lui-même à la personne d'où l'intérêt des téléphones sans fil ou portables.
- L'appel est enregistré, horodaté et archivé. Il est donc primordial de suivre les conseils du médecin qui évaluera la gravité de la situation et pourra simplement dire : « surveillez la victime et appelez son médecin traitant si cela ne va pas mieux ». Ce n'est pas au sauveteur de juger.

Ces derniers pourront, au vu des renseignements préalables que vous aurez fourni, vous indiquer les gestes supplémentaires à effectuer afin de secourir ou de soulager la victime.

## Cas particuliers

- La victime a un traitement médical à prendre pour ce type de malaise : on **aide** la personne à prendre ce traitement : la maladie a déjà été diagnostiquée par un médecin, qui a établi la prescription, et la victime connaît cette prescription.
  - La victime ne se souvient pas des prescriptions et elle n'a pas son ordonnance sur elle. On demande l'avis au médecin du Centre 15 SAMU.
  - Notons bien, qu'il ne s'agit pas d'administrer le médicament, qui constitue un acte médical, mais d'aider la personne à prendre son traitement, c'est-à-dire qu'on l'aide à le chercher dans ses affaires et qu'éventuellement on lui apporte un verre d'eau pour l'avalier (seul cas où l'on donnera à boire à une victime en dehors de l'ordre donné par le médecin).
- ⇒ Lui donner, à sa demande **uniquement**, du sucre et de préférence en morceaux. Il en éprouve le besoin et le sucre peut alors constituer un remède au malaise.
- ⇒ **On s'abstient de donner quoi que ce soit, ni médicament, ni à boire, ni à manger, sans un avis médical.**

## Documents utiles à télécharger sur [www.cdg33.fr](http://www.cdg33.fr)

- [lien vers fiche Annexe malaise conduite à tenir](#)

## Contacts

- <https://www.cdg33.fr/Sante-Securite-au-travail>
- Service prévention [prevention@cdg33.fr](mailto:prevention@cdg33.fr) 05 56 11 94 41
- Service Médecine préventive [medecine@cdg33.fr](mailto:medecine@cdg33.fr) 05 56 11 94 31