

Instructions de premiers secours en cas d'accident

Instructions on first aid
in accidents



FLEXEO GmbH
Im Maisel 17
65232 Taunusstein
Germany

info@flexeo.shop
www.flexeo.shop

Informations sur la sécurité et la santé au travail
selon BGI/GUV-I503 JUILLET 2018
Edition JUILLET 2018

Information on safety and health at work
according to BGI/GUV-I503 JULY 2018
Edition JULY 2018

Download this document in additional
languages by scanning the QR code



or visit www.flexeo.shop/manual/

Table des matières

Table of contents

1.	Avis important sur les premiers secours Important notice on first aid	4
2.	Comportement de base lors de la localisation une personne Basic behaviour when finding a person	5
3.	Des mesures d'urgence qui sauvent des vies Emergency measures that save lives	6
4.	Mesures d'urgence: Massage cardiaque Emergency measures: cardiac massage	8
5.	Mesures d'urgence: Ventilation Emergency measures: ventilation	9
6.	Mesures d'urgence: Position latérale stable Emergency measures: stable lateral position	10
7.	Saignement Bleeding	11
8.	Choc Shock	13
9.	Fractures, lésions articulaires Broken bones, joint injuries	14
10.	Brûlures Burns	15
11.	Brûlures chimiques Chemical burns	16
12.	Empoisonnements Poisoning	18
13.	Accidents dus au courant électrique Accidents due to electric current	20
14.	Registres des services de premiers secours Records of first aid services	22
15.	Table des matières DIN 13157 et DIN 13169 Table of contents DIN 13157 and DIN 13169	23

1. Avis important sur les premiers secours

1. Important notice on first aid

Panneau de contrôle de sauvetage (appel d'urgence) :
Rescue control panel (emergency call):

Premier intervenant :
First responder:

Les ambulanciers :
Paramedics:

Du matériel de premiers secours :
First aid material:

Salle de premiers secours :
Ambulance room:

Des médecins de premier secours :
Doctors for first aid:

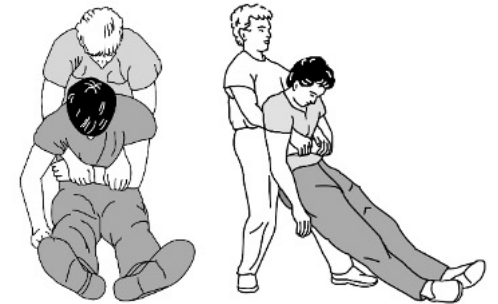
Les hôpitaux :
Hospitals:

Formation à :
Training with:

2. Comportement de base lorsque Trouver une personne blessée

2. Basic behaviour when finding a person

- Rester au frais
Keep calm
- Protéger le lieu d'un accident
Secure the scene of the accident
- Faire attention à sa propre sécurité
Pay attention to your own safety
- Sauver les personnes blessées de la zone de danger si nécessaire
Rescue injured persons from the danger zone if necessary
- Protection contre les pertes de chaleur et des soins et une attention accrue
Protect against heat loss and further care and attention



Poignée de sauvetage de la fusée
Rauket rescue handle

Contenu de l'appel d'urgence

Content of the emergency call

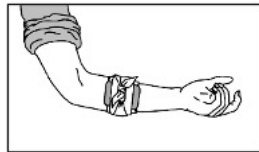
Où cela s'est-il passé? Where did it happen?	Détails du lieu de l'accident, par exemple ville, rue, étage Details of the location, e.g. town, street, floor
Comment cela s'est-il produit? How did it happen?	
Que s'est-il passé? What happened?	Accident, incendie, blessure, maladie, risques accident, fire, injury, illness, risks
Combien de blessés? How many injured?	
Quel type de blessures? Which kind of injuries?	par exemple, des blessures mortelles, inconscient, arrêt respiratoire, arrêt cardiovasculaire e.g. life threatening injuries, unconsciousness, respiratory arrest, cardiovascular arrest
En attente pour les questions Wait upon request	

3. Des mesures d'urgence qui sauvent des vies

3. Emergency measures that save lives



Vérifiez la conscience
Test consciousness
 Parlez fort, touchez, secouez
 Speak loudly, touch, shake

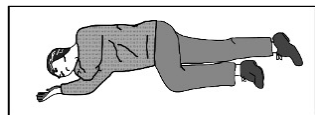


Conscience non présente
No consciousness present

Vérifiez la respiration : dégager les voies respiratoires, tendre la tête vers l'arrière, voir, entendre, sentir
 Check respiration: clear airways, stretch head back, see, hear, feel

Conscience présente
Consciousness present

Agir en fonction de la situation, par exemple en soignant les blessures
 Act according to the situation, e.g. treating the wounds



Respiration présente
Respiration present
 Position latérale stable
 Recovery position

Respiration non disponible
Respiration not present
 Appel d'urgence et obtention d'un DEA
 Emergency call & get an AED

Respiration non présente

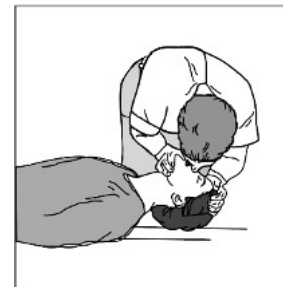
Respiration not available

Appel d'urgence et obtention d'un DEA
 Emergency call & get an AED



en alternance avec
in alternation with

- **30 × massage cardiaque**
30 × cardiac massage
- Avec vos mains dans le tiers inférieur, appuyez sur le sternum en direction de la colonne vertébrale
 With your hands in the lower third press on the sternum in the direction of the spine
- Profondeur d'impression : 5-6 cm
 Pressure depth: 5-6 cm
- Taux de travail : 100-120/min
 Frequency: 100-120/min



- **2 × ventiler**
2 × ventilation
- Étendre la tête
 Overstretch head
- Souffler de l'air dans la bouche ou le nez pendant 1 seconde jusqu'à ce que la poitrine soit clairement soulevée
 Blow air into the mouth or nose for 1 second until the chest is clearly raised

Suivez les instructions du „défibrillateur externe automatique“, s'il est disponible
 If available follow the instructions of the „Automated External Defibrillator“

Les mesures immédiates en cas de troubles de la conscience, de la respiration et de la circulation sont expliquées en détail aux pages 8, 9 et 10
 Immediate actions for disorders of consciousness, respiration and circulation are explained in detail on pages 8, 9 and 10

4. Mesures d'urgence : Massage cardiaque

4. Emergency measures: cardiac massage

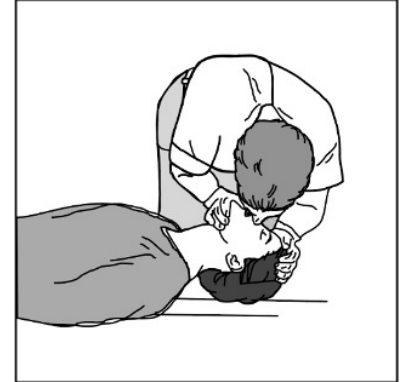
- Poser la personne blessée à plat sur une surface dure
Lay the injured person flat on a hard surface
- Dégager la poitrine
Clear the chest
- Agenouillez-vous à côté de la partie supérieure du corps
Kneel beside the torso
- Placez la boule d'une main sur le tiers inférieur du sternum
Place the palm of one hand on the lower third of the sternum
- Placez la boule de la deuxième main sur la première (appliquez une pression uniquement sur le sternum)
Place the palm of the second hand on the first hand (apply pressure only on the sternum)
- Appuyez sur le sternum 30 fois 5 à 6 cm avec le bras enfoncé, relâchez après chaque pression
Press the sternum 30 times 5 to 6 cm with the arm pushed through, loosen after each movement
- 30 × massage cardiaque (vitesse de travail 100 à 120/min) en alternance avec 2 × ventilation, à répéter jusqu'à ce que la respiration commence ou que le service de secours prenne le relais
30 × cardiac massage (frequency 100 to 120/min) alternating with 2 × ventilation, repeat until breathing begins or the rescue service takes over



5. Mesures d'urgence : Respiration

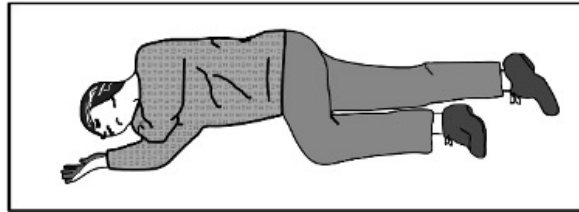
5. Emergency measures: ventilation

- 2 × ventilation alternant avec le massage cardiaque
2 × ventilation alternating with cardiac massage
- Étendre la tête
Overextend the head
- Avec le bouche-à-bouche, maintenez votre nez fermé, soufflez de l'air dans votre bouche pendant 1 seconde jusqu'à ce que votre poitrine soit clairement soulevée
With mouth-to-mouth resuscitation, hold the nose closed, blow air into the mouth for 1 second until the chest is clearly raised
- Avec la ventilation bouche-à-nez, fermez la bouche, soufflez de l'air dans le nez pendant 1 seconde jusqu'à ce que la poitrine soit clairement soulevée
With mouth-to-nose ventilation, close the mouth, blow air into the nose for 1 second until the chest is clearly raised



6. Mesures d'urgence : Position latérale stable

6. Emergency measures: stable lateral position



- Étendre les jambes de la personne inconsciente
Stretch the legs of the unconscious person
- Placez le bras près du corps dans une position inclinée, la paume tournée vers le haut
Place the arm close to the body at an angle upwards, with the palm of the hand pointing upwards
- Placez la main opposée avec la surface de votre main sous la joue en face de vous et tenez-la là
Place the opposite hand with the surface of your hand under the cheek facing you and hold it there
- Avec la main libre, vous saisissez la cuisse opposée (pas dans l'articulation !) de la personne blessée, vous pliez la jambe et vous tirez la personne blessée vers vous, la jambe doit être à angle droit par rapport à la hanche
With the free hand you grasp the opposite thigh (not in the joint!) of the injured person, bend the leg and pull the injured person over to you, the leg must be at right angles to the hip
- Maintenant, étirez la tête et ouvrez la bouche, si nécessaire, corrigez la main sous la joue, de sorte que la tête reste couverte dans tous les cas
Now overstretch the head and open the mouth, if necessary correct the hand under the cheek, so that the head remains covered in any case
- Vérifiez constamment votre respiration
Constantly monitor your breathing

7. Bleeding

7. Bleeding

Reconnaître Recognize

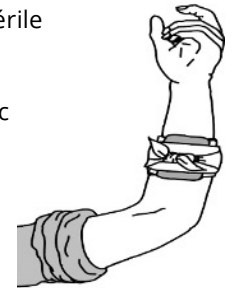
- Les blessures qui saignent peuvent être couvertes par la position et les vêtements de la personne blessée
Bleeding wounds may be concealed by the position and clothing of the injured person

Principe Principle

- Faites attention à l'autoprotection et portez des gants jetables
Pay attention to self protection and wear disposable gloves

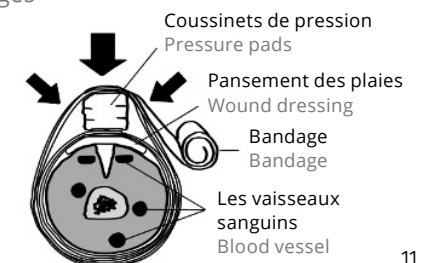
Mesures Measures

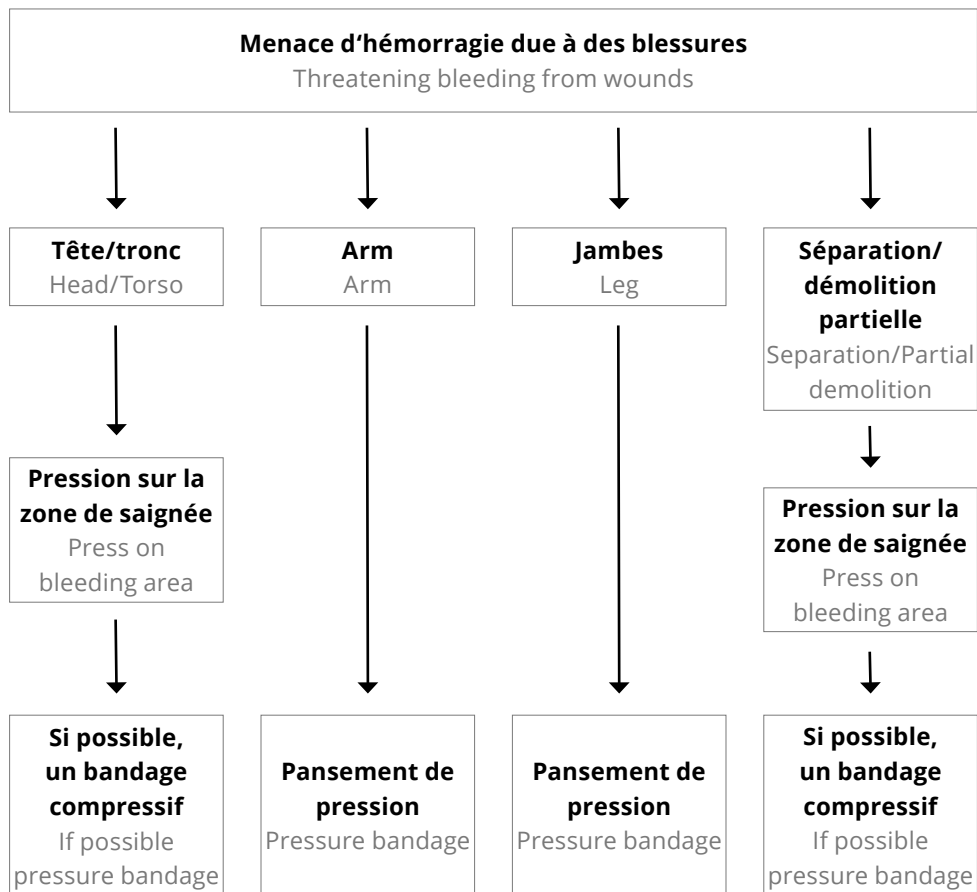
- La plaie doit être couverte de manière stérile
The wound should be covered germ-free
- Si nécessaire, utilisez un montage de choc
If necessary conduct shock storage
- Appliquer un pansement compressif si nécessaire
Apply pressure dressing if necessary



Appliquer un pansement compressif Apply a pressure dressing

- Placez le pansement sur la plaie et fixez-le
Place the wound dressing on the wound and fix it
- Placez des coussinets de pression (par exemple des pansements) sur le pansement
Place pressure pads (e.g. dressing packs) on the wound dressing
- Enveloppez-les bien avec des bandages
Wrap tightly with bandages





Démolition de parties du corps

Demolition of body parts

Mesures Measures

- Trouvez la partie du corps sectionnée, ne lavez pas
Search for severed body part, do not wash off
- Envelopper dans un pansement stérile et frais tel qu'il a été trouvé
Wrap in sterile, cool dressing material as found
- Mettre dans un sac plastique
Put into plastic bags

8. Schock

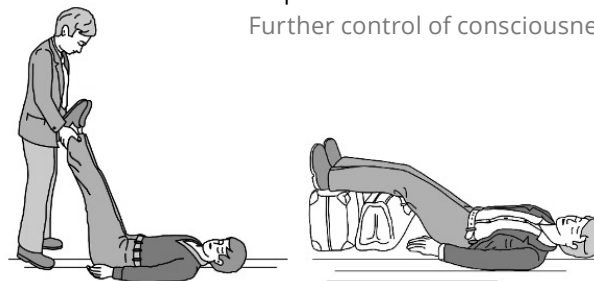
8. Shock

Reconnaître Recognize

- Gel et frissons
Freezing and shivering
- Peau pâle et froide
Pale, cold skin
- Ces signes ne surviennent pas toujours en même temps
These signs do not always occur all at once
- La sueur sur le front
Sweat on the brow
- Une agitation manifeste
Noticeable agitation

Mesures Measures

- Assurer un repos suffisant
Provide adequate rest
- Si nécessaire, arrêtez de saigner
Stop bleeding if necessary
- Protégez-vous contre les pertes de chaleur avec une couverture de secours (sous-couche ou couverture)
Protect from heat loss with a rescue blanket (underlay or cover)
- Mise en position de choc
Place in shock position
- Des encouragements réconfortants
Consoling encouragement
- Contrôle supplémentaire de la conscience et de la respiration
Further control of consciousness and breathing



Position de choc

Levage des jambes pour le retour du sang (auto-transfusion)
Shock position
Lifting the legs for blood return (self-transfusion)

9. Fractures et lésions articulaires

9. Broken bones and joint injuries

Reconnaître Recognize

- La douleur est surtout sévère
Mostly severe pain
- Position anormale / mobilité limitée
Abnormal position / restricted mobility
- Démembrement
Dismemberment
- Perte de fonction
Loss of function
- Prendre une posture de protection
Protective posture

Mesures Measures

- L'immobilisation dans la situation existante
Immobilisation in the existing situation
- Ne pas déplacer une partie du corps présentant un point de fracture
Do not move body part with fracture point
- Si l'on suspecte des lésions de la colonne vertébrale, ne pas changer la position de la personne blessée si possible
If spinal column injuries are suspected, do not change the position of the injured person if possible
- Couvrir stérilement les blessures avec une fracture ouverte de l'os
Cover wounds sterilely with open fracture
- Refroidissement des joints
Cool the joints

10. Burns

10. Burns

Mesures Measures

- Arrêter et éteindre immédiatement les personnes en feu
Stop and extinguish burning persons immediately
- Enlever immédiatement tout vêtement qui a été exposé à des matières chaudes
Immediately remove any clothing that has been exposed to hot material
- Ne pas enlever les vêtements qui adhèrent à la peau
Do not remove any clothing that adheres to the skin
- Refroidissez les zones touchées à l'eau courante jusqu'à ce que la douleur disparaisse (environ 10 à 15 minutes)
Cool affected areas with running water until the pain subsides (approx. 10 to 15 min)
- Couverture stérile avec pansement pour brûlure
Aseptic covering with burn dressing
- Protéger contre les pertes de chaleur
protect against heat loss

11. Accidents dus à des brûlures

11. Accidents due to chemical burns

Reconnaître Recognize

- Les premiers secours sont essentiels en cas de suspicion de brûlure, car les effets peuvent être retardés
In case of suspected chemical burns, first aid is vital as the effects can be delayed

Principe Principle

- Assurer sa propre protection en portant des gants de protection et un protège-dents
Ensure self-protection by wearing protective gloves and mouthguards
- Assurer un repos suffisant pour le corps
Provide adequate rest for the body
- Important : toujours consulter un spécialiste
Important: always consult a specialist
- Ne pas faire vomir
Do not induce vomiting
- Organiser un traitement médical
Arrange for medical treatment

Mesure Measures

Yeux Eyes

- Doit être soigneusement rincé à l'eau
Must be thoroughly rinsed with water
- Enlever mécaniquement les substances solides restantes à l'aide d'un chiffon humide
Remove remaining solid substances mechanically with a damp cloth
- Utilisation d'un pansement protecteur stérile
Use of a sterile protective dressing



Mesure Measures

Peau Skin

- Enlever les vêtements caustiques, ainsi que les sous-vêtements et les chaussures
Take off caustic clothing, also underwear and shoes
- Rincer la peau à grande eau
Rinse skin with plenty of water
- Stériliser la plaie
Sterilize the wounds

Mesure Measures

Ingestion Ingestion

- Rincer immédiatement et abondamment la bouche plusieurs fois
Immediately rinse the mouth thoroughly several times
- Pour obtenir l'effet de dilution, administrez de l'eau à petites gorgées
To achieve the dilution effect, administer water in small sips

Mesure Measures

Système respiratoire Respiratory organs

- Les brûlures chimiques causées par des gaz irritants (par exemple le chlore, les gaz nitreux) doivent toujours être déterminées par les mesures de premiers secours du médecin d'entreprise
Chemical burns caused by irritant gases (e.g. chlorine, nitrous gases) must always be determined by the first aid measures of the company doctor
- Les premiers intervenants doivent être formés en conséquence
First responders should be trained accordingly

12. Empoisonnement par inhalation, contact ou ingestion

12. Poisoning by inhalation, contact or ingestion

- Reconnaître**
Recognize
 - Coordonnées de la personne lésée et des autres personnes
Details of the injured person and other persons
 - Rechercher des signes de substances toxiques
Looking for signs of toxic substances
- Principe**
Principle
 - Veiller à l'autoprotection, par exemple en utilisant des gants de protection et une protection respiratoire
Pay attention to self-protection such as the use of protective gloves and breathing protection
- Mesures**
Measures
 - Sauver les personnes empoisonnées de la zone de danger
Rescue poisoned persons from the danger zone
 - Déterminer la durée de l'effet toxique (quelles toxines, quel concentré, quelle quantité)
Determine the duration of the toxic effect (which toxins, concentrate, quantity)
 - Sécuriser les résidus toxiques, si nécessaire
Secure poisonous residues if necessary
 - Ne pas faire vomir
Do not induce vomiting
 - Organiser un traitement médical
Arrange for medical treatment

Mesures Measures

Mesures Measures

Mesures Measures

Peau Skin

- Enlevez immédiatement tous les vêtements empoisonnés (y compris les sous-vêtements et les chaussures)
Take off immediately all poisoned clothing (including underwear and shoes)
- Rincer la peau à grande eau ou avec un liquide de rinçage spécial
Rinse skin with plenty of water or a special rinsing liquid
- Couvrir la blessure de façon aseptique
Cover the wound aseptically

Ingestion Ingestion

- Rincer immédiatement et abondamment la bouche
Rinse mouth thoroughly immediately

Organes respiratoires Respiratory organs

- En cas de danger dû à des substances toxiques, des mesures spéciales de premiers secours doivent être déterminées par le médecin de l'entreprise (par exemple, oxygène, antidotes) et les secouristes doivent être formés en conséquence
In the event of danger from toxic substances, special first aid measures must be determined by the company doctor (e.g. oxygen, antidotes) and the first aiders must be trained accordingly

13. Accidents dus au courant électrique

13. Accidents due to electrical current

- Reconnaître**
Recognize
- En cas de panne de courant, il faut s'attendre à ce que le circuit soit coupé
In the event of any electrical accident, a circuit shutdown must be expected
- Principe**
Principle
- Attention à l'autoprotection
Watch out for self-protection
- Mesures**
Measures
- Toujours et dans tous les cas, débranchez le courant
Always and in any case disconnect power

Mesures pour les basses tensions jusqu'à un maximum de 1000 Volt

Actions for low voltages up to maximum 1000 Volt

- Principe**
Principle
- Débranchez toujours le courant en premier, par exemple en tirant la fiche, en coupant le courant, en actionnant le disjoncteur
Always disconnect the power first, e.g. pull the plug, switch off, operate the circuit breaker

Mesures pour les basses tensions supérieures à 1000 Volt

Actions for low voltages above 1000 Volt

- Principe**
Principle
- Faites attention à l'autoprotection, gardez une distance de 5 m et signalez immédiatement l'appel d'urgence „Accident électrique“
Pay attention to self-protection, keep a distance of 5 m and immediately report the emergency call „electrical accident“
- Mesures**
Measures
- Convoquer le personnel qualifié
Summon qualified personnel
 - Sauvetage de la zone de danger par du personnel qualifié
Rescue from the danger zone by qualified personnel
 - Premiers secours uniquement après intervention de personnel qualifié
First aid only after intervention by qualified personnel

Mesures en cas de tensions inconnues

Actions for unknown voltages

- Principe**
Principle
- Faites attention à l'autoprotection, gardez une distance de 5 m et signalez immédiatement l'appel d'urgence „Accident électrique“
Pay attention to self-protection, keep a distance of 5 m and immediately report the emergency call „electrical accident“
- Mesures**
Measures
- L'assistance en cas d'accident électrique sont :
- Assistance in any electrical accident are:
- Contrôle permanent de la conscience
Constant control of consciousness
 - Contrôle permanent de la respiration
Constant control of breathing
 - Alimentation électrique en fonction du statut
Power supply depending on status
 - Traitement médical
Medical treatment

14. Documentation des demandes de premiers secours

14. Documentation of first aid applications

La documentation relative aux premiers secours doit être conservée pendant au moins cinq ans et doit contenir les informations suivantes.

First aid documentation must be kept for at least five years and must contain the following information, depending on local law.

Rapport sur les circonstances de l'accident et la personne blessée Report on the circumstances of the accident and the injured person

Nom de la personne blessée :

Name of the injured person:

Date et heure :

Date and time:

Département et zone de travail :

Department and work area:

Nom du témoin :

Name of the witness:

Nature et étendue du préjudice :

The nature and extent of the injury:

Type et étendue de la maladie :

Type and extent of the disease:

Premiers secours

First aid measures

Nom du secouriste :

Name of the first responder:

Date et heure :

Date and time:

Type et méthode d'action :

The nature of the measure:

Matériel de premiers secours utilisé/reçu :

First aid material used/removed:

15. Table des matières DIN 13157 et DIN 13169

15. Table of contents DIN 13157 and DIN 13169

Ce contenu est destiné à permettre de donner les premiers secours de manière professionnelle sur les lieux d'un accident et s'adresse aux entreprises administratives et commerciales comptant jusqu'à 50 personnes, aux usines de fabrication et de transformation comptant jusqu'à 20 personnes, aux chantiers de construction comptant jusqu'à 10 personnes.

This content is intended to provide professional first aid at the scene of an accident and is intended for administrative and commercial enterprises with up to 50 persons, manufacturing and processing plants with up to 20 persons, construction sites with up to 10 persons.

Désignation Description	DIN 13157	DIN 13169
Bobine de plâtre adhésif DIN 13019-A, 5 m × 2,5 cm Adhesive tape DIN 13019-A, 5 m × 2.5 cm	1 ×	2 ×
Mise en sachet à fermeture par pression : 8 Pansement rapide DIN 13019-E, 10 × 6 cm Set in pressure-lock bag: 8 quick-action wound dressing DIN 13019-E, 10 × 6 cm	1 ×	2 ×
Assortiment de patchs dans un sachet scellé sous pression : • 4 × Pansement au bout des doigts EL, 4 × 7 cm • 4 × Habillage des doigts DIN 13019-E, 12 × 2 cm • 4 × Bandes de pavage WF, 1,9 × 7,2 cm • 8 × Bandes de pavage WF, 2,5 × 7,2 cm Wound plaster set in a ziplock bag: • 4 × fingertip dressing EL, 4 × 7 cm • 4 × finger bandage DIN 13019-E, 12 × 2 cm • 4 × plaster strips WF, 1,9 × 7,2 cm • 8 × plaster strips WF, 2,5 × 7,2 cm	1 ×	2 ×
Trousse de premiers secours DIN 13151-K, stérile simple First aid dressing DIN 13151-K, single sterile	1 ×	2 ×
Trousse de premiers secours DIN 13151-M, stérile simple First aid dressing DIN 13151-M, single sterile	3 ×	6 ×
Trousse de premiers secours DIN 13151-G, stérile simple First aid dressing DIN 13151-G, single sterile	1 ×	2 ×
Toile à pansements DIN 13151-A, 80 × 60 cm, stérile simple Bandaging cloth DIN 13151-A, 80 × 60 cm, single sterile	1 ×	2 ×
Paquet à 2 compresses pour les plaies, 10 × 10 cm, stérile par paire Pack of 2 wound dressings (compresses), 10 × 10 cm, sterile in pairs	3 ×	6 ×
Compression des yeux, 5,6 × 7,2 cm, stérile simple Eye compress, 5.6 × 7.2 cm, single sterile	2 ×	4 ×
Compresse froide instantanée Instant cold compress	1 ×	2 ×
Couverture de sauvetage, 210 × 160 cm, argent / or Emergency blanket, 210 × 160 cm, silver/gold	1 ×	2 ×
Bandage élastique de fixation DIN 61634-FB6, 4 m × 6 cm, cellophané Elastic bandage DIN 61634-FB6, 4 m × 6 cm, cellophaned	2 ×	4 ×
Bandage élastique de fixation DIN 61634-FB8, 4 m × 8 cm, cellophané Elastic bandage DIN 61634-FB8, 4 m × 8 cm, cellophaned	2 ×	4 ×
Foulard triangulaire DIN 13168-D Polaire Triangular bandage DIN 13168-D fleece	2 ×	4 ×
Ciseaux DIN 58279-B 190 Scissors DIN 58279-B 190	1 ×	1 ×
Sacs en aluminium, 30 × 40 cm Foil bag, 30 × 40 cm	2 ×	4 ×
Sac à 5 pièces de tissu non tissé jetable, 20 × 30 cm Bag of 5 disposable nonwoven cloths, 20 × 30 cm	1 ×	2 ×
Sac à 4 gants jetables DIN EN455, vinyl Bag of 4 disposable gloves DIN EN455, vinyl	1 ×	2 ×
Instructions de premiers secours en cas d'accident avec table des matières First aid instructions for accidents with table of contents	1 ×	1 ×

**Download this document in additional
languages by scanning the QR code**



or visit www.flexeo.shop/manual/