

Savoir



30

Après un infarctus ou un AVC, chaque minute est décisive. Tour d'horizon des bons réflexes à acquérir.

Quelque 4'000 interventions de la Rega par an sont motivées par des maladies aiguës telles qu'un infarctus du myocarde ou accident vasculaire cérébral (AVC). Ce sont de loin les plus nombreuses. En pareil cas, l'accès direct par les airs est essentiel : plus le patient est pris en charge rapidement, plus il a de chance d'être exempt d'atteintes ou de handicaps irréversibles. En la matière, la règle est la suivante : « Time is muscle » ou « Time is brain » – autrement dit, « Le temps c'est du muscle (cardiaque) » ou « Le temps c'est du cerveau ».

Infarctus : facteurs de risque

Le salut des victimes d'infarctus et d'AVC dépend en premier lieu de l'intervention rapide et résolue des premiers secours. Mais qu'est-ce qu'un infarctus du myocarde et à quoi reconnaissons-nous si quelqu'un est victime d'un AVC ? Ces deux maladies cardio-vasculaires sont favorisées par les mêmes facteurs :

tabagisme régulier et de longue date, hypertension artérielle, taux de cholestérol élevé, diabète, antécédents familiaux de maladies cardio-vasculaires et âge avancé. Plus les prédispositions sont nombreuses, plus le risque est élevé.

L'infarctus résulte de l'obstruction partielle ou complète d'un ou de plusieurs vaisseaux coronaires. Ces derniers plus communément appelés artères, alimentent le myocarde en sang. L'obstruction partielle ou complète d'un vaisseau prive d'oxygène des régions du myocarde, provoquant leur nécrose. La destruction des cellules myocardiques se manifeste par une douleur dans la poitrine (comme

une angine de poitrine). L'infarctus signale cette nécrose partielle du muscle cardiaque. Irréversible, celle-ci peut entraîner une réduction de la fonction cardiaque. D'où la formule « Le temps c'est du muscle » : plus le traitement est rapide, plus le tissu myocardique est préservé, favorisant ainsi le pronostic et limitant les altérations fonctionnelles (cf. encadré).

Le cerveau manque d'oxygène
L'AVC, ou attaque cérébrale, est la 3ème cause de mortalité dans les pays industrialisés. Il est provoqué dans 85% des cas par l'obstruction d'un vaisseau cérébral (relevant du même phénomène que celui à l'origine de l'infarctus du myocarde) ; les spécialistes parlent alors d'AVC ischémique. Dans 15% des cas restants, il est provoqué par la rupture d'un tel vaisseau : c'est l'AVC hémorragique. Ischémique ou hémorragique, l'AVC aboutit toujours à un défaut d'apport en oxygène dans certaines régions

Conseil Rega

« Plus rapide est la prise en charge d'une urgence cardio-vasculaire, meilleur est le pronostic. »

du cerveau, alors menacées de né-
crose. Là aussi, la rapidité de la prise
en charge est d'autant plus détermi-
nante. : « A temps pour le cerveau ».
Plus le vaisseau est désobstrué ou
l'hémorragie stoppée rapidement,
plus les atteintes cérébrales sont limi-
tées. Le mot « fast » (« vite », en
anglais) est un moyen mnémotechnique
utile à la détection des symptômes les
plus fréquents (cf. encadré).

Quand doit-on alerter directement
la Rega en composant le 1414 ? Quand
est-il préférable de s'adresser à la po-
lice ou à la centrale d'appel d'urgence
des secours (144) ? Rassurez-vous :
quel que soit le numéro composé,

vous bénéficierez en tout lieu de se-
cours compétents. Les organisations
d'intervention d'urgence en Suisse
agissent de concert, et les appelants
sont rapidement dirigés vers le bon
interlocuteur.

L'essentiel : alerter sans tarder

En ce qui concerne la Rega, la règle
est la suivante : si l'hélicoptère re-
présente le moyen de secours le plus
rapide pour le patient, il est indiqué
de composer le numéro d'appel d'ur-
gence 1414. Tel est le cas si le patient
se trouve en terrain accidenté et si
l'accès s'avère difficile voire impos-
sible pour les secours terrestres, ou

que ceux-ci ne peuvent se rendre sur
les lieux dans un délai utile. N'ayez
aucune crainte : donner l'alerte n'est
jamais faux – par contre s'abstenir
peut l'être. Comment agir en atten-
dant l'arrivée des secours profession-
nels ? Nous l'avons précisé pour vous
dans l'encadré ci-dessous.

En prévision du prochain hiver, nous
vous souhaitons tout le meilleur.

Karin Hörhager

3 Pour en savoir plus, consultez le guide
« Premiers secours : connaître les bons
gestes » (disponible dans le shop Rega, à
partir de la page 33).

S Comment agir ?



Attaque cérébrale / AVC

**FAST (« vite », en anglais) : un
moyen mnémotechnique utile à la
détection des symptômes d'AVC
les plus fréquents :**



Face (visage)

Demandez à la personne
de sourire : en présence
d'un AVC, le sourire est
asymétrique.



Arm (bras)

Demandez à la personne
de lever les deux bras :
en cas d'AVC, un bras
reste pendant ou re-
tombe instantanément.



Speech (élocution)

La personne articule mal,
son expression est in-
distincte et difficilement
compréhensible.



Time (temps)

Alertez immédiatement
les secours 144 ou la
Rega 1414

Symptômes :

- Hémiplégie (paralysie d'une moitié
du visage, faiblesse au niveau d'un
bras et/ou d'une jambe)
- Expression indistincte, mauvaise
articulation
- Troubles de la sensibilité (engour-
dissement)
- Troubles de la déglutition
- Troubles visuels (p. ex. vision
double)
- Perte de l'expression, de l'orienta-
tion et de la mémoire
- Troubles de l'équilibre (p. ex. ten-
dance à chuter d'un côté)
- Maux de tête (en cas d'hémorragie)

Réflexes à acquérir :

- Alerter immédiatement les se-
cours 144 ou la Rega 1414
- Placez la personne en position
stable (pour prévenir les chutes)
- Ne lui administrez ni boissons ni
nourriture
- Veillez à ce que la personne ne
prenne pas d'anticoagulants
- En cas de perte de connaissance
et de respiration normale : position
latérale de sécurité.



Infarctus du myocarde

Symptômes :

- Douleur oppressive et sensation de serrement
derrière le sternum, difficilement localisables
- Douleurs au niveau de l'épigastre (abdomen)
- Irradiations dans les bras, le cou, les oreilles, la
mâchoire et les épaules



- Douleur persistant plus de 20 minutes
- Autres manifestations possibles : malaise, sueurs
froides, baisse de performance, dyspnée (suffoca-
tion), angoisse

Réflexes à acquérir :

- Alerter immédiatement les secours 144 ou la
Rega 1414
- Evitez tout effort physique à la personne
- Faites-lui prendre une position confortable (suré-
levez le haut de son corps)
- Administrez-lui – le cas échéant – ses médica-
ments d'urgence (p. ex. dérivés nitrés en spray
prescrites par son médecin)