

Références :

- (1) Enquête CNAMTS (Caisse Nationale de l'Assurance Maladie des Travailleurs Salariés).
- (2) Statistiques des causes médicales de décès, INSERM, CépiDc (Centre d'épidémiologie sur les causes médicales de décès de l'INSERM).
- (3) Centre Européen de Prévention des risques. Incendies domestiques, campagne nationale de prévention 2003. Dossier de Presse.
- (4) Thélot B. Résultats de l'Enquête Permanente sur les Accidents de la vie Courante, années 1999-2000-2001. Réseau EPAC. Institut de Veille Sanitaire, Département maladies chroniques et traumatismes, juin 2003.
- (5) IPAD, Institut de Prévention des Accidents domestiques.
- (6) Centre Européen de Prévention des Risques (CEPR).
- (7) Walker AR. Fatal topwater scald burns in the USA 1979-1986. Burns, 1990, 16 : 49-52.
- (8) Feldman KW. Help Needed on hot water. Burns. Pediatrics, 1983, 71 : 145-146.

Cachet du pharmacien

Édité par les **Laboratoires Zydus France**
40, rue Lécuyer - 93300 Aubervilliers

LES BRÛLURES ET LES INCENDIES DOMESTIQUES

Halte aux accidents domestiques

Protégeons
sécurisons
réagissons

Avec votre pharmacien, apprenez les bons gestes

Cette brochure vous est
offerte par votre pharmacien
et les laboratoires **Zydus**

Dans les faits



Brûlures
Attention aux tout-petits

Constat alarmant

- ⊕ Les accidents domestiques représentent **61 %** des accidents de la vie courante ⁽¹⁾. Et, les accidents de la vie courante tuent près de **20 000** personnes par an ⁽²⁾.
- ⊕ Les incendies d'habitation font aujourd'hui en France **10 000** victimes chaque année dont **800** décès ⁽³⁾.

On entend par **accident de la vie courante** tous les accidents survenant dans le quotidien (école, maison, loisirs...) à l'exception des accidents de la circulation et du travail. Les **accidents domestiques** sont tous les accidents qui surviennent à la maison ou aux abords de celle-ci comme le jardin, la cour, ou le garage.

Des chiffres qui parlent d'eux-mêmes !

- ⊕ **25 000** sinistres dus à des incendies d'habitation sont déclarés par an aux assurances ⁽⁴⁾.
- ⊕ Un incendie domestique se déclare toutes les **2 minutes** en France ⁽³⁾.
- ⊕ Boisson chaude, soupe, huile, eau chaude, biberon chauffé au micro-ondes... **200 000 brûlures** invalidantes sont recensées par an en France ⁽³⁾. Les parties découvertes comme les mains ou la tête sont les plus fréquemment atteintes.

À eux seuls, ils représentent **25 %** des brûlés ⁽⁴⁾.
Ne laissons jamais un tout-petit explorer seul les pièces "à risque", en particulier la cuisine.
Électricité, matières inflammables et source de chaleur : tout est réuni pour faire de la cuisine la pièce de la maison où l'on se brûle le plus ⁽⁵⁾.

Sécurisez la cuisine

- ⊕ Une "barrière de cuisinière". Elle empêche l'enfant d'avoir accès aux flammes de cuisson et de tourner les boutons.
- ⊕ Un bloque porte, un cale porte, pour sécuriser l'entrée de la cuisine.
- ⊕ Une grille de four ou un four avec une porte froide. Ces dispositifs empêcheront un contact direct avec la surface brûlante.



Pour les repas...

- ⊕ Un biberon avec indicateur de température. Chez le tout-petit, 3/4 des brûlures sont causées par la projection de liquides bouillants ⁽⁶⁾.
- ⊕ Des couverts thermosensibles pour bébé. Ludiques, ils changent de couleur lorsque c'est trop chaud.



Brûlures Attention aux tout-petits



Au quotidien, adoptez des réflexes anti-brûlure

Pour la salle de bain

- + **Un thermomètre bain enfant.** Le bain d'un tout-petit, c'est **37 °C**. L'eau chaude du robinet est responsable d'**1/3** des brûlures par liquides chauds⁽⁷⁾.
- + **Un protège robinet "animaux" pour le robinet de la baignoire.** Il égale la séance du bain tout en évitant les brûlures et les bosses.
- + **Un mitigeur thermostatique.** C'est le moyen le plus sûr pour éviter les brûlures par eau chaude. Il permet de régler l'eau à un degré près jusqu'à 45 °C. Optez pour celui avec la sécurité enfant permettant de le bloquer à 38 °C.

Dans la chambre

- + **Des ampoules froides,** pour équiper les lampes des enfants.



! À **55 °C**, l'enfant est brûlé en **10 secondes**, l'adulte en **30 secondes**⁽⁸⁾.

En 3 secondes, une brûlure à **60 °C** entraîne une cicatrice à vie chez le tout-petit⁽⁵⁾.

60 % des accidents responsables de brûlures se produisent à la maison. Mais, avez-vous les bons réflexes anti-brûlure ?
Voici quelques réflexes faciles à acquérir par toute la famille⁽⁵⁾.

Dans la cuisine



+ **Tournez les manches des casseroles vers l'intérieur**

- Pour éviter de faire tomber un plat brûlant en vous accrochant aux manches.
- Pour empêcher l'accès des casseroles aux tout-petits.

+ **Vérifiez la température du contenu en réchauffant au micro-ondes**

- Sachez qu'elle est souvent beaucoup plus élevée que celle de la tasse ou du bol qui a servi de contenant.



Au quotidien, adoptez des réflexes anti-brûlure



Les incendies domestiques ? Nous sommes tous concernés

+ Protégez-vous d'une surface chaude ou qui refroidit

- Pensez aux pierrades, plaques de cuisson, fer à repasser, service à fondue, appareil à raclette...
- Interdisez systématiquement l'entrée de la cuisine aux jeunes enfants (*jusqu'à 6-7 ans*) sans surveillance.

+ Utilisez toujours des gants de cuisine isothermes

- Pour manipuler des objets brûlants en toute sécurité.

+ Ne mangez pas ou ne buvez pas avec bébé sur les genoux

- Vous ne pouvez pas anticiper tous les gestes brusques du tout-petit.



Pour la salle de bain



+ Vérifiez toujours la température de votre bain

- Faites couler votre bain en commençant toujours par l'eau froide et complétez progressivement avec l'eau chaude.

*Les incendies sont toujours graves. En plus des brûlures par flammes, des fumées très toxiques apparaissent dès les premières minutes. L'air ambiant est très chaud. Il peut atteindre **600 °C en 5 minutes**⁽³⁾.*

- Selon la Brigade des sapeurs-pompiers de Paris, 1 français sur 3 sera victime d'un incendie dans sa vie⁽³⁾.
- Après les noyades, les incendies domestiques restent la deuxième cause de mortalité accidentelle chez le tout-petit de moins de 5 ans⁽³⁾.

Apprenons à reconnaître le logo "INFLAMMABLE"

Le produit ou les vapeurs qui s'en dégagent peuvent s'enflammer facilement s'ils sont près d'une source de chaleur, de flammes ou d'étincelles. Un chiffon imbibé de ce produit peut s'enflammer sans être en contact avec une flamme nue.



L'électricité, attention danger



Présente partout, l'électricité n'est pas sans danger de brûlure (électrisation) ou d'incendie domestique.

Électrisation ? Électrocution ? En touchant une prise ou un fil électrique dénudé, le courant traverse notre corps en provoquant de graves lésions internes et externes : ce sont des brûlures électriques. Lorsque le courant passe par le cœur, c'est l'électrocution. C'est un risque mortel, restez très vigilant.

- 1 incendie domestique sur 3 est causé par une installation électrique défectueuse⁽⁸⁾. **1000 enfants** sont victimes d'électrisation en France chaque année⁽¹⁾.
- **L'eau et l'électricité ne font pas bon ménage.** Ayez toujours le réflexe de vous sécher parfaitement avant d'utiliser un appareil électrique branché (*grille-pain, rasoir électrique, épilateur, lampe, ordinateur, aspirateur, sèche-cheveux, et même un téléphone...*).



Apprenons à reconnaître une installation électrique conforme aux exigences de sécurité

- **Un interrupteur différentiel**, à haute sensibilité (au moins 30 mA). Le système disjonctera à la moindre anomalie de surtension en moins de 4 centièmes de seconde.
- **Une installation réellement reliée à la terre.**
- **Des prises de terre** dans toutes les pièces d'eau.
- **Des interrupteurs encastrés** et non dévissables.
- **Des prises à éclipses dans chaque pièce.** Deux obturateurs protègent les alvéoles. Ils se débloquent uniquement sous une pression uniforme sur les deux entrées. Même en forçant, le tout-petit ne pourra pas enfoncer un jouet dans une des alvéoles.
- **Des cache-prises** dans les pièces accessibles aux tout-petits.

Si vous avez un doute, demandez conseil à votre électricien.

Adoptez quelques règles de base anti-incendie



+ Débranchez vos appareils électriques ménagers après utilisation, sans tirer sur le fil.

- À Noël, débranchez systématiquement les guirlandes du sapin la nuit ou dès que vous vous absentez.
- En cas d'orage, débranchez la télévision, la chaîne, l'ordinateur.

+ Débranchez les rallonges de la prise murale lorsqu'elles ne sont pas utilisées.

+ Évitez les prises multiples.

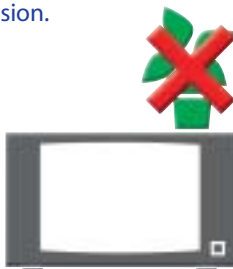
- Surchargées, elles peuvent provoquer un court-circuit.
- Choisissez de préférence un bloc rallonge équipé d'un bouton d'arrêt général.

+ Toujours éteindre complètement les appareils audio et vidéo.

- Retenez que le bouton "off" de la télécommande met en veille, mais l'appareil reste sous tension.

+ Ne posez pas de verre d'eau ni de plante sur la télévision.

- L'eau risque de provoquer un court-circuit.



+ 1 fois par an : un ramonage des cheminées, des conduits de chauffage et des hottes aspirantes.

+ Ne fermez pas les bouches d'aération de votre domicile (cuisine, salle de bain...).

+ Pensez à changer les tuyaux de gaz en fonction des dates de changement prévues.

+ Veillez à stocker vos produits d'entretien inflammables dans un endroit sécurisé.

- Jamais à côté d'une source de chaleur, jamais à côté de combustibles (stocks de bois, cartons, vieux journaux) !

+ Ne flambez jamais des plats sous une hotte en fonctionnement.

- Le filtre de la hotte est un piège à matière grasse, hautement inflammable.

+ Réservez l'usage du barbecue aux adultes.

- Choisissez un espace dégagé, loin des buissons, proche d'une source d'eau et dans un espace protégé du vent.

+ Dans la chambre des tout-petits, évitez les ampoules halogènes non protégées et les chauffages radiants d'appoint.

Conseils et objets sécurité anti-incendie



Pour prévenir

- +** **Mettez les briquets, allumettes et produits inflammables hors de la portée du tout-petit.**
 - Un bloque-tiroir vous permettra d'en empêcher l'accès.
- +** **Interdisez systématiquement les bougies dans les chambres d'enfant.**

Pour agir vite

- +** **Une couverture anti-feu**
 - Pour étouffer un départ de flamme sur une personne ou dans une casserole.



- +** **Un extincteur**
 - Sachez l'utiliser efficacement : il faut toujours projeter le contenu à la base des flammes.
 - Les extincteurs "domestiques" se changent tous les 10 ans.

- +** **Un détecteur avertisseur autonome de fumée**

- Très simple d'utilisation, il se déclenche dès les premières fumées, de jour comme de nuit.



Quizz

1 • Un incendie se déclare en France, toutes les...

- A - 2 minutes
- B - 5 minutes
- C - 10 minutes
- D - 15 minutes

2 • Combien de sinistres incendies d'habitation sont recensés par an par les assurances?

- A - 20 000
- B - 25 000
- C - 30 000
- D - 35 000

3 • Quelles sont les parties du corps les plus touchées par les brûlures ?

- A - Les mains
- B - Les pieds
- C - La tête
- D - Le torse

4 • Où doit se trouver le manche de la casserole quand vous cuisinez ?

- A - Vers l'extérieur
- B - Sur le côté gauche
- C - Sur le côté droit
- D - A l'intérieur

Réponse : 1-a • 2-b • 3-a, c • 4-d

Gestes de premiers secours



▶ Agir devant **UNE BRÛLURE** :

- 1 **Refroidissez la partie brûlée sous l'eau froide** pendant au moins 5 minutes. Si un vêtement est collé sur la peau brûlée, ne le retirez pas. Pas d'eau glacée ou de glace directement sur la brûlure ! Cela léserait les tissus endommagés.
- 2 **Prévenez les secours.**
- 3 **Évitez l'hypothermie en couvrant la victime.**
- 4 **Ne percez pas les cloques.** Elles pourraient s'infecter. Elles sont le signe d'une brûlure profonde. Un avis médical est nécessaire.
- 5 **Évitez les pommades ou les produits colorés** (éosine ou mercurochrome) qui fausseront le diagnostic.

Ne pas utiliser de beurre, d'huile, de vinaigre ou de dentifrice sur les brûlures.

DANS TOUS LES CAS, PRÉVENEZ LES SECOURS

Pompiers : (18) ou à partir d'un portable (112)

Samu : (15) à partir d'un téléphone fixe ou portable

Police ou gendarmerie : (17)

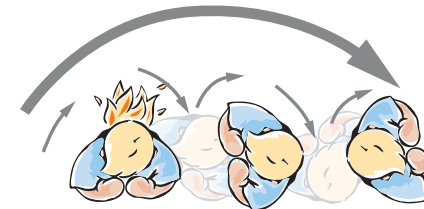
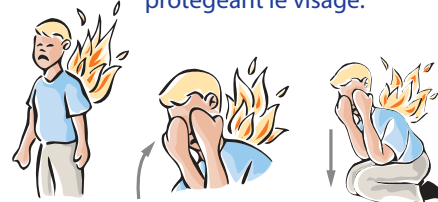
Les appels d'urgence sont gratuits depuis toutes les cabines téléphoniques ou d'un portable.

▶ Agir devant **UNE ÉLECTRISATION** :

- 1 Coupez avant tout le courant avant de dégager la personne. L'électrification est toujours une urgence médicale.
- 2 Prévenez les secours car de graves lésions internes sont souvent en cause, invisibles à l'œil nu.

▶ Agir devant **UN DÉPART DE FEU** :

- **Sur vous** : Ne courez pas et roulez-vous par terre en vous protégeant le visage.



- **Sur une personne** : Enveloppez-la d'un vêtement ou d'un linge humide en coton. L'idéal reste évidemment la couverture anti-feu.