

- Dans les faits
- Suffocations, étouffements, asphyxies
- Conseils sécurité anti-suffocation
- Objet sécurité anti-suffocation
- Intoxications accidentelles
- Conseils sécurité anti-suffocation
- Et si le danger venait du jardin...
- Gestes des premiers secours : Etouffement
- Références



LES SUFFOCATIONS ET LES INTOXICATIONS



Constat alarmant

- ⊕ Chaque année, en France, sur 10 accidents de la vie courante, plus de 6 surviennent à la maison ⁽¹⁾. Et, les accidents de la vie courante tuent près de **20 000** personnes chaque année en France ⁽²⁾, soit trois fois plus que les accidents de la route ⁽³⁾.
- ⊕ Les **chutes** et les **suffocations** (*étouffement*) engendrent **71% des décès** par accident de la vie courante ⁽¹⁾.

Les **accidents de la vie courante** sont tous les accidents Survenant ⁽¹⁾ :

- au domicile ou dans ses abords,
- sur les aires de sport ou de loisirs,
- à l'école,
- et tous ceux qui surviennent à un autre moment de la vie privée, à l'exception des accidents de la circulation, du travail, des suicides et des agressions.

Un **accident domestique** est un accident qui survient à la maison ou aux abords de celle-ci comme le jardin, la cour ou le garage.



Des chiffres qui parlent d'eux-mêmes !

- + C'est à l'intérieur de la maison que survient la majorité des accidents pour les enfants de moins de 5 ans (63 %) et pour les personnes âgées de plus de 65 ans (52,5 %) ⁽¹⁾.
- + Les suffocations (étouffement) ont été la 2^e cause de décès par accident de la vie courante, avec plus de 3500 décès en 1999 (soit 18 % des décès par accident de la vie courante) ⁽⁴⁾.
- + Les intoxications ont été responsables de plus de 750 décès en 1999 ⁽⁴⁾.

Qui est concerné ?

- + Les enfants
 - Les suffocations représentent la 1^{ère} cause de décès des enfants de moins de 1 an ⁽¹⁾.
 - Plus de la moitié des cas d'intoxication recensés par le centre antipoison de Lille, en 2003, concernait un enfant ⁽⁵⁾.
- + Les personnes âgées de plus de 65 ans
 - Plus des trois quarts des décès par suffocation accidentelle sont survenus chez les personnes âgées de plus de 65 ans ⁽⁴⁾.

Des règles simples de sécurité...

Suffocations, étouffements, asphyxies



La suffocation est un étouffement provoqué par l'obstruction des voies respiratoires (par exemple, par la présence d'un corps étranger) .

*Par la **privation d'oxygène** qu'elle engendre, il s'ensuit une perte rapide de conscience puis un arrêt respiratoire ⁽⁶⁾ .*

Des risques différents selon l'âge

- ⊕ **Chez les tout-petits**, les principales causes de suffocations sont liées à la literie. On note, en particulier, des étouffements par oreiller ou couverture trop volumineux.
- ⊕ **Avant l'âge de 2 ans**, elles sont souvent liées à l'habitude de l'enfant de tout porter à la bouche. En avalant tout ce qui est à sa portée, il risque de **s'étouffer**.

Il faut en particulier se méfier des :

- **fruits secs et oléagineux** (cacahuètes, noix, pistaches...),
maïs soufflé, qu'on laisse à sa portée sur une table basse
et que l'enfant s'empresse d'avalier sans mâcher.
- **objets et jouets de petite taille** : perles, billes, pièces de monnaie...

Suffocations, étouffements, asphyxies



EN CAS D'INGESTION D'UN OBJET DE PETITE TAILLE

Le plus souvent, il est évacué dans les selles.
Mais parfois, sa progression reste bloquée au fond
de la gorge, au niveau de pharynx ou du larynx...
et l'enfant s'étouffe. Et là, comme chez l'adulte, si ses
quintes de toux restent inefficaces ou s'il n'émet plus
un son et qu'il n'arrive plus à respirer, il faut agir très vite.
L'organisme ne peut être privé d'oxygène
plus de trois minutes.

- ⊕ À un âge plus avancé, l'enfant risque, au cours de ses jeux de :
- **s'étrangler** avec des **colliers**, des **cordons de rideaux**
 - **s'étouffer** avec des **sacs en plastique** ou des **morceaux de ballons éclatés en latex** utilisés comme cagoule ou **en s'enfermant**, dans un placard, une malle, un coffre à jouets lors d'une partie de cache-cache. Par jeu, il s'enferme, et ne réussit plus à ouvrir la porte de l'intérieur.

Conseils sécurité anti-suffocation



- ⊕ *Évitez les aliments en morceaux chez les tout-petits.*
- ⊕ *Ne proposez pas de fruits secs ou d'autres aliments de petite taille en présence d'enfants de moins de 6 ans.*
- ⊕ *Pour les nourrissons, préférez à l'oreiller, couette ou couverture, les gigoteuses.*
- ⊕ *Placez hors de portée des jeunes enfants tous les objets de petite taille.*
- ⊕ *Ne laissez pas de jouets traîner par terre.*
- ⊕ *Interdisez à vos enfants de courir avec un objet ou un bonbon dans la bouche.*
- ⊕ *Interdisez les jeux avec sacs en plastique, ou dans des atmosphères confinées (placards, malles, coffres...).*
- ⊕ *Méfiez-vous des rampes d'escaliers d'immeuble, ou des vieux lits dont les barreaux sont suffisamment espacés pour que l'enfant y passe son corps ou sa tête : le risque ici est la pendaison.*
Dans tous les cas, l'enfant est dans l'impossibilité de se dégager seul et perd rapidement connaissance.
A l'asphyxie, peuvent s'ajouter des lésions graves de la colonne vertébrale !



Objet sécurité anti-suffocation



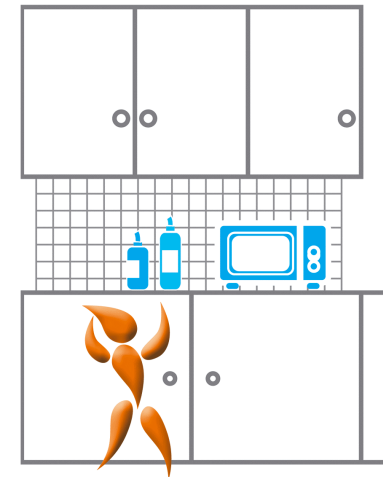
- ⊕ **Des casiers à jouets ouverts**, plutôt que des coffres où l'on peut se glisser lors d'une partie de cache-cache.
- ⊕ Pour empêcher l'enfant de s'enfermer dans un meuble ou un appareil électroménager, pensez aux **bloque portes coulissants**, **bloque portes** pour éléments bas et **bloque portes** de congélateur ou de réfrigérateur.
- ⊕ **Un cylindre "petits objets"** dont le diamètre équivaut à celui de la trachée d'un enfant de 3 ans (10 mm). Si vous pouvez y entrer un objet, l'enfant est susceptible de l'avaler et s'étouffer avec. Il doit donc être immédiatement placé hors de sa portée.
- ⊕ **Des tiges rigides pour les rideaux** plutôt que des cordons. La **strangulation** est un risque d'asphyxie qu'il ne faut pas négliger. Il existe également des **enrouleurs de cordons de store** qui, accrochés aux cordons, empêchent l'enfant de jouer ou de s'étrangler avec.

LES SIGNES **NF** (NORME FRANÇAISE), **CE** (COMMUNAUTE EUROPEENNE)
GARANTISSENT QUE LES ARTICLES CHOISIS
SONT CONFORMES AUX EXIGENCES DE SECURITE.
Pour en savoir plus : www.securiteconso.org

Intoxications accidentelles



De la cuisine à la salle de bain en passant par le garage, une maison regorge de produits potentiellement dangereux... en cas d'ingestion, inhalation ou par simple contact avec la peau. En 2003, le centre antipoison de Lille a ainsi recensé **29 187 cas d'intoxication humaine**, avec une prédominance des intoxications pédiatriques (54%) ⁽⁵⁾. Dans 99% des cas, l'intoxiqué guérit ⁽⁵⁾ .



Dans toutes les pièces de la maison, des produits potentiellement dangereux

+ Les médicaments

Ils sont à l'origine de plus d'1 intoxication sur 2 soit plus de **128 000 hospitalisations** par an en France ⁽⁵⁾. Les principales victimes sont les **enfants âgés de 1 à 4 ans** ⁽⁵⁾ car ils les confondent avec des bonbons.

Mais **les personnes âgées** ne sont pas épargnées ⁽⁵⁾ : 56,9% des intoxications chez les plus de 60 ans est d'origine médicamenteuse ⁽⁵⁾. Les erreurs sont alors souvent liées à une mauvaise vue ou à des troubles de la mémoire.

Les médicaments les plus souvent mis en cause sont, logiquement, les plus consommés, c'est à dire, "les médicaments du système nerveux" (*anti-douleurs, anxiolytiques* ⁽⁵⁾...).



Intoxications accidentelles



- + **Les cosmétiques**
Ce sont les **enfants de moins de 4 ans** qui sont les plus concernés par les intoxications par les produits d'hygiène corporelle ⁽⁵⁾.
Ils portent à la bouche les **savons, gels douche, shampoings** ⁽⁵⁾...
Ces intoxications sont en général sans gravité ⁽⁵⁾.



- + **Les produits domestiques de nettoyage**
Dans plus d'1 cas sur 2, c'est un **enfant de moins de 4 ans** qui est concerné par une intoxication accidentelle par les produits domestiques. Les produits les plus fréquemment évoqués sont les **produits javellisants et désinfectants ménagers** ⁽⁵⁾ et les plus **corrosifs** sont évidemment les plus dangereux.

- + **Les peintures, diluants, essence, alcools, cigarettes...**
sont aussi à garder hors de portée des enfants.



APPRENONS A RECONNAITRE LE LOGO

"NOCIF"



Par inhalation, ingestion ou pénétration cutanée, ces produits peuvent causer une intoxication. La gravité de celle-ci dépend du produit et de la quantité ingérée.

Exemples : essence de térébenthine, pesticide, antimite...

"PRODUIT TOXIQUE"



Par inhalation, ingestion ou pénétration cutanée, ces produits peuvent causer des accidents extrêmement graves, aigus ou chroniques et même la mort.

Exemples : désherbants, engrais, naphthaline, insecticides...

"CORROSIF"



Ce sont tous les produits qui par ingestion ou par simple contact peuvent brûler et détruire les tissus vivants (peau ou muqueuses). Ils sont à utiliser avec grande précaution.

Exemples : eau de javel concentrée, soude caustique, déboucheur de canalisation, décapants pour four...

Conseils sécurité, anti-intoxication



- ⊕ **Placez tous vos produits ménagers hors de portée des enfants, donc dans un placard en hauteur et, mieux encore, fermé à clé.** Il en est de même pour tous les produits que vous stockez dans votre garage.
- ⊕ **Achetez des produits avec des bouchons de sécurité et n'utilisez jamais une bouteille de boisson pour stocker un produit ménager ou tout autre produit.**
- ⊕ **Placez vos médicaments dans une armoire à pharmacie fermée à clé** (et, de préférence, cachez la clé).
- ⊕ **Conservez vos médicaments dans leur emballage d'origine et rapportez les à votre pharmacien quand ils ne servent plus ou quand ils sont périmés.**
- ⊕ **Il est recommandé de prendre ses traitements à heure fixe et de ne jamais doubler la dose suivante en cas d'oubli.**
- ⊕ **Placez hors de la portée des enfants : les vernis à ongle, dissolvants, parfums...**
- ⊕ **Pour éviter une intoxication au monoxyde de carbone, vérifiez régulièrement les tuyaux de gaz et ne bouchez jamais vos aérations.**



**CE QU'IL FAUT FAIRE EN CAS
D'INTOXICATION ACCIDENTELLE**

- Appelez immédiatement les **secours au 15** ou le **centre antipoison au 0 825 812 822** et indiquez le nom et la nature de la substance en cause ainsi que la quantité approximative avalée. Si l'empoisonnement est dû à un végétal, essayez d'en conserver un fragment ou, à défaut, fournissez-en le nom au centre antipoison.
- Suivez les indications du médecin que vous aurez au téléphone.

CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- **Ne faites pas vomir la victime.**
- **Ne lui donnez rien à boire.**

Le plus souvent, il est seulement recommandé de la placer en position semi assise, si elle est consciente, ou en position latérale de sécurité dans le cas contraire, de la couvrir et de la surveiller en attendant l'arrivée des secours.

Et si le danger venait du jardin...



Outre les champignons vénéneux, il faut se méfier plus particulièrement du ficus, du laurier rose, des marrons d'Inde, du muguet, du coquelicot...
Ce sont toujours **les enfants** qui sont particulièrement touchés (90%) par les intoxications accidentelles par les plantes. Ils sont attirés par les baies et les fruits alléchants et portent à la bouche feuilles et fleurs ⁽⁵⁾.



- + Au mieux, après ingestion, on ressent quelques picotements. Mais certaines plantes entraînent des réactions sévères au niveau digestif et cardiaque.
- + Le plus grand nombre d'appels concerne le ficus, suivi des arums ⁽⁵⁾.



CONSEILS AU QUOTIDIEN

- Le bouquet est fané ? Videz l'eau des fleurs et nettoyez le vase sans tarder. L'eau du muguet est, en particulier, très toxique.
- Gardez les petites étiquettes sur lesquelles figure le nom savant en latin de votre plante. Elles seront très utiles au centre antipoison en cas d'ingestion accidentelle. Dans le jardin, plantez les étiquettes discrètement sur le côté. Dans la maison, laissez l'étiquette à une branche de la plante verte.



Quizz

1 ● **Qui sont les plus vulnérables face aux suffocations et aux intoxications ?**

- A - Les enfants de moins de 4 ans
- B - Les adolescents
- C - Les adultes entre 20 et 65 ans
- D - Les adultes de plus de 65 ans

2 ● **En cas d'intoxication accidentelle de votre enfant, il faut :**

- A - Ne prendre aucune initiative qui pourrait s'avérer malencontreuse sans l'accord du médecin du centre antipoison
- B - Faire cracher ce qui pourrait rester dans la bouche
- C - Lui donner quelque chose à boire
- D - Le faire vomir

3 ● **Où stocker les produits ménagers ?**

- A - Sous l'évier
- B - En hauteur, dans un placard fermé
- C - Sur une étagère dans les toilettes

4 ● **Que faire des médicaments que l'on n'utilise plus ?**

- A - Les garder au cas où
- B - Les rapporter au pharmacien
- C - Les jeter

Réponse : 1-a,c 2-a,b 3-b 4-b

Gestes de premiers secours: Étouffement



▶ SUR UNE VICTIME ADULTE DEBOUT OU ASSISE

*Placez-vous derrière elle, penchez la en avant en soutenant son thorax avec une main, et donnez **5 claques vigoureuses** dans le dos, entre les deux omoplates avec le plat de l'autre main.*

En cas d'inefficacité des claques dans le dos, effectuez la manœuvre de Heimlich :

- passez vos bras sous ceux de la victime,
- mettez un poing au-dessus du nombril, l'autre main par-dessus votre poing,
- enfoncez le poing d'un coup sec vers vous et vers le haut. Répétez jusqu'à cinq fois cette technique.

En cas d'échec , recommencez les 5 claques dans le dos puis la manœuvre de Heimlich. en l'absence d'efficacité, la personne va arrêter sa respiration, il faudra alors lui faire en l'absence de toute réaction, un bouche-à-bouche et un massage cardiaque et appeler au plus vite les secours.

En cas d'expulsion du corps étranger, il faudra appeler votre médecin pour obtenir un conseil concernant la suite de cet incident.

DANS TOUS LES CAS, PRÉVENEZ LES SECOURS

Pompiers : (18) ou (112)

Samu : (15)

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

Gestes de premiers secours: Étouffement



CHEZ L'ENFANT

De plus d'un an

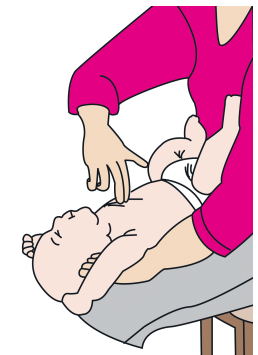
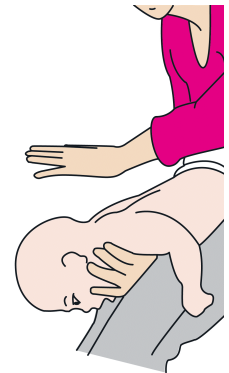
- Effectuez les mêmes techniques que chez l'adulte mais avec plus de précautions, la force du geste devant être adaptée au poids et à l'âge de l'enfant.

De moins de un an, effectuez la manœuvre de Mofenson

- Placez le nourrisson à plat ventre sur votre avant-bras, le visage légèrement dirigé vers le sol
- Effectuez **5 claques** avec le plat de votre main ouverte entre les deux omoplates,
- Avant de retourner l'enfant, **retirez le corps étranger** avec vos doigts en veillant à ne pas l'enfoncer dans la gorge de l'enfant.

En cas d'échec :

- Retournez le nourrisson sur le dos, allongez-le tête basse sur l'avant-bras et la cuisse,
- Comprimez au milieu de la poitrine, avec deux doigts dans la partie inférieure du sternum, sans appuyer sur l'extrémité inférieure du sternum.

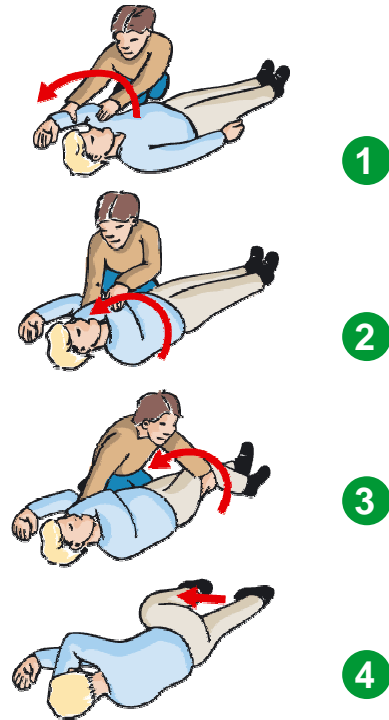


Gestes de premiers secours: Étouffement



▶ COMMENT PLACER LA VICTIME SUR LE CÔTÉ ?

- 1 **Écartez son bras** du côté de retournement à angle droit de son corps et plier le coude, paume de la main tournée vers le haut.
- 2 Placez le dos de la main du bras opposé contre **l'oreille** de la victime côté sauveteur.
- 3 Tout en maintenant la main, **saisissez la jambe opposée** au retournement derrière le genou, la replier pied au sol.
- 4 **Faites rouler lentement le corps** en tirant sur le genou vers soi et en maintenant la main de la victime contre son oreille. Lorsque le genou de la victime est au sol, retirez la main de sous la tête de la victime en maintenant son coude pour ne pas bouger la tête. **Ajuster la jambe pliée**, de sorte que la cuisse soit à angle droit du corps. **Ouvrez la bouche.**



Références :



- (1) *Comité français d'éducation pour la santé. La santé en chiffres, accidents de la vie courante.*
- (2) *Brücker G. Les accidents de la vie courante. BEH, 2004, 1920 : 73.*
- (3) *Thélot B. Les accidents de la vie courante. BEH, 2004, 1920 : 7475.*
- (4) *Ermanel C, Thélot B. Mortalité par accidents de la vie courante : près de 20 000 décès chaque année en France métropolitaine. BEH, 2004, 1920 : 7678.*
- (5) *Mathieu M. Rapport annuel 2003, centre antipoison de Lille.*
- (6) *InVS. Enquête permanente sur les accidents de la vie courante EPAC Suffocations chez les enfants de moins de 5 ans, 19992001.*