


1  **SOINS D'URGENCE DES BLESSURES SPORTIVES  
ET  
LA TROUSSE  
DE PREMIERS SOINS**

Charlen Berry B.Sc., CAT(C), DO  
Thérapeute du sport agréée  
Ostéopathe

2  **DÉFINITION DES PREMIERS SOINS**

- Soins immédiats apportés à un blessé, avant son transfert à un professionnel du réseau de la santé
- Jusqu'à 2 heures suite à la blessure

3  **OBJECTIFS DES PREMIERS SOINS**

- Empêcher la situation de se détériorer
- Stabiliser ou améliorer la condition du blessé
- Réconforter / informer la personne
- Promouvoir la guérison
- Porter assistance
- Référer

4 

5  **PROTOCOLE D'INTERVENTION**

- Reconnaître et classifier la blessure
- Identifier les intervenants:
  - Personne responsable, de contrôle, d'appel
- Intervenir
- Transférer le blessé
- Compléter le rapport d'accident
- Éliminer la cause de la blessure

6  **CLASSIFICATION DES BLESSURES**

- MINEURE:
  - Peut continuer l'activité
- MAJEURE:

- Doit être retiré de l'activité et vu en centre hospitalier dans les 2 heures
- **GRAVE:**
  - Transport urgent en centre hospitalier (ambulance)
- **FATALE:**
  - Même intervention que blessure grave

7  **PERSONNE RESPONSABLE**

- Personne assignée ou la plus qualifiée
- Responsable de l'évaluation primaire et secondaire
- Coordonne l'intervention
- Prend les décisions
- Applique les techniques de survie (RA, RCR, saignements)

8  **PERSONNE CONTRÔLE**

- Assure la sécurité du blessé et de l'équipe d'intervention
- Coordonne les besoins en équipement
- Deviens l'assistant pendant l'intervention
- Assiste pour l'immobilisation et le transport du blessé
- Doit aussi avoir une formation en premiers soins

9  **PERSONNE D'APPEL**

- Responsable d'appeler l'ambulance et de diriger celle-ci auprès du blessé
- Doit s'assurer que l'accès aux lieux est libre
- Donne l'information nécessaire aux parents, entraîneurs etc.

10  **INTERVENTION**

- Avec sang-froid, professionnellement
- Considérez la personne et sa blessure
- Appliquer les techniques d'intervention
- Assurer le confort de la victime
- Ne pas manipuler la victime inutilement

11  **POURQUOI APPELER UNE  
AMBULANCE ?**

12  **AMBULANCE ?**

• **BESOIN:**

- D'aide technique
- D'équipement
- D'une méthode de transport
- De protection légale

13  **TRANSPORT**

- Ambulancier
- Par un parent
- Par un entraîneur
- Par taxi
- Vous-même

14  **RAPPORT D'ACCIDENT**

- Exigés par les centres sportifs, municipalités
- Votre seule protection légale
- Document officiel pour la demande de réparation d'équipement

15  **ÉLIMINER LA CAUSE DE LA BLESSURE**

- Réparation
- Modification aux règlements
- Rapporter les cas de conduites dangereuses d'un entraîneur ou d'un participant
- Toute autre mesure afin d'éviter que la blessure ne se reproduise

16  **INTERVENTION**

Évaluation primaire

L

A

B

C

17  **INTERVENTION**

### Évaluation secondaire

- D = Délicat
- E = Epithélial
- F = Fractures
- G = Général

18  PREVENTION

19

20

21

22  SAIGNEMENTS

- Urgence majeur, important pour prévenir l'état de choc
- Capillaires
- Veineux
- Artériel

23  SAIGNEMENTS

- CAPILAIRES:
- Saignement lent et égal, provenant d'abrasions et qui se contrôle facilement
- Haut risque d'infection
- Sans danger pour un état de choc hypovolémique

24  SAIGNEMENTS

- VEINEUX:
- Saignement abondant, dépendant du calibre de la veine sectionnée
- À débit égal
- Sang plus foncé que le saignement artériel
- Peut causer un choc hypovolémique

25  **SAIGNEMENTS**

• ARTÉRIEL:

- Saignement abondant
- Pulsé au rythme du battement cardiaque
- Sang de couleur rouge vif
- Les plaies seront plus profondes
- Dangereux pour le choc hypovolémique

26  **SAIGNEMENTS**

• **INTERNES:**

- Le sang s'accumulera dans une cavité du corps ou entre les tissus, sans écoulement à l'extérieur

• **EXTERNE:**

- Le sang sera visible

27

28  **S&S**

**SAIGNEMENTS INTERNE**

- Durcissement de l'abdomen
- Pulsation cardiaque faible et rapide
- Pression artérielle basse
- Pâleur, vomissement, toux
- Sang dans les urines, selles

29  **SOINS D'URGENCE SAIGNEMENTS INTERNE**

- Élever les jambes pour prévenir l'état de choc
- Réconforter
- Garder au chaud
- Transport immédiat en centre hospitalier

30  **S&S**

**SAIGNEMENT INTERNE A LA TÊTE**

- Inégalité des pupilles

- Dilatation ou constriction excessive des pupilles
- Perte de conscience
- Étourdissement, vomissement
- Augmentation de la pression artérielle
- Transport Immédiat en Centre Hospitalier

31  **NETTOYAGE DE PLAIES**

- Vous assurer qu'aucun objet n'est présent dans la plaie
- Nettoyer autour de la plaie et tout ce qui sera sous le bandage
- Utiliser des gazes stériles
- Utiliser un antiseptique
- Utiliser de l'eau propre

32

33  **CONTRÔLE DES SAIGNEMENTS**

- Vous assurer qu'aucun objet n'est demeuré dans la plaie
- Élever le membre blessé
- Compression directe
- Ajouter des gazes, ne pas en enlever
- Maintenir la compression
- Point de pression si nécessaire

34

35

36

37  **DISTRIBUTION DU SANG DANS LE CORPS**

Capillaires:	7%
Cœur:	3%
Artères:	11%
Poumons:	18%
Veines:	61%

38

39  **ÉTAT DE CHOC**

- **Déficiences du système cardio-vasculaire**
- **S&S:**
  - Anxiété
  - Pulsation lente et faible
  - Peau pâle, moite, froide
  - Transpiration

40  **TYPES DE CHOC**

- HÉMORRAGIQUE  
(Hypovolémique,traumatique)
- RESPIRATOIRE
- NEUROGÉNIQUE
- CARDIAQUE
- MÉTABOLIQUE
- SEPTIQUE
- ANAPHYLACTIQUE

41  **ÉTAT DE CHOC  
SOINS D'URGENCE**

- Réconforter la victime
- Garder au chaud
- Élever les jambes
- Enrayer la cause du choc
- Transport immédiat en centre hospitalier

**PRÉVENTION +++**

42  **POSITIONS POUR ÉTAT DE CHOC**

- Jambes élevées
- Semi-assis si difficultés respiratoires
- Décubitus latéral si vomissements
- Décubitus dorsal sans élévation de jambe si blessure à la tête

43  **FRACTURES**

44  **FRACTURES**

## Soins d'urgences en Patin de Vitesse

- 1 • Avulsive
- De compression
- Enfoncement
- De stress
- Épiphysaire
- Complexe
- 2 • En bois vert
- Ostéocondrale
- Oblique
- Spirale
- Transverse
- D'impact

45

46

47  **INTERVENTION**

- Immobiliser
  - Articulation proximale et distale
  - Avec le corps ou la jambe saine
- Préserver la pulsation distale
- Prévenir l'infection
- Transporter

48  **TROUSSE DE PREMIERS SOINS**

- CRITÈRES INFLUENÇANT LA SÉLECTION:
  - Le sport
  - L'environnement
  - Le type de blessures
  - Les autres services accessibles
  - Les qualifications du personnel l'utilisant

49  **CHOIX DE LA TROUSSE**

50

51

52  **CONTENU**



## Soins d'urgences en Patin de Vitesse

- LE MATÉRIEL
- LES PRODUITS
- LES INSTRUMENTS
- L'ÉQUIPEMENT
  - À l'extérieur de la trousse

53 

54 

55 

56  **INSTRUMENTS**

57  **PRODUITS DE TAPING**