

Reflexes

Carnet des premiers soins en centre de vacances
Handbuch für Erste-Hilfe im Ferienlager



www.croix-rouge.be Croix-Rouge Jeunesse
Rue de Stalle 96
1180 Bruxelles - Belgique
direction.crj@croix-rouge.be
+ 32 (02) 371 31 40
Première édition: juillet 2010
Réimpression: juin 2019
Dépôt légal : D/2010/10388/1

Editeur responsable :
Prof. Pierre Hublet, Rue de Stalle 96 – 1180 Bruxelles

Document édité par la commission consultative
à la formation des animateurs de loisirs

Adresse postale

Boîte postale 707 • L-2017 Luxembourg

Adresse siège

138, bvd de la Pétrusse • L-2330 Luxembourg

Tél.: (+352) 247-86465 Fax: (+352) 46 41 86

info@snj.etat.lu • www.snj.lu

Ce document a été traduit en allemand par:



PRÄAMBEL

Dieses Handbuch wurde vom belgischen Jugendrotkreuz, in Zusammenarbeit mit folgenden Organisationen, verfasst: Résonances, Jeunesse et Santé, les Stations Plein Air, les Scouts, les GCB, und les Patros.

Du findest auf den vorliegenden Karten jene Maßnahmen, welche du als Betreuer, im Rahmen deines Zuständigkeitsbereiches, treffen kannst.

Falls du dich um ein dir anvertrautes Kind **sorgst**, musst du jeweils

- den **persönlichen Gesundheitsbogen** nachschlagen;
- die **verordnete Behandlung verabreichen**, welche von den Eltern auf dem Gesundheitsbogen angegeben wurde;
- mit **gesundem Menschenverstand** handeln, und bei geringstem **Zweifel** einen **Arzt** zu Rate ziehen;

Bist Du einer Situation ausgesetzt, welche nicht in diesem Handbuch beschrieben ist, so rufe einen Arzt zur Hilfe.

Zu diesem Zweck empfehlen wir Dir, dass Du bereits **vor Eintreffen** am Veranstaltungsort die **Telefonnummern**

- des nächstgelegenen Arztes und
- des diensthabenden Arztes

bereit hältst.

PREAMBULE

Ce carnet a été rédigé par la Croix-Rouge Jeunesse, en collaboration avec Résonances, Jeunesse et Santé, les Stations de Plein Air, les Scouts, les GCB et les Patros.

Tu trouveras dans ces fiches les soins que tu peux prendre en charge, en tant qu'animateur, dans la limite de tes attributions.

Si tu as un souci avec un enfant qui t'est confié, tu veilleras toujours

- à **consulter sa fiche** santé ;
- à lui **donner le traitement** qui lui a été prescrit et que les parents ont renseigné dans la fiche ;
- à faire preuve de **bon sens** et, au moindre **doute**, tu appelleras le **médecin**.

Si tu es confronté à une situation ne se trouvant pas dans ce carnet, passe le relais à un médecin.

Pour ce faire, nous te conseillons, **dès que tu arrives** sur le lieu de ton activité, de **chercher le numéro** de téléphone

- du médecin le plus proche ;
- du médecin de garde ;

STICHWORTVEZEICHNIS

ALARMIERUNG DES NOTDIENSTES	2
ASTHMA	12
ATEMNOT	12-13
AUGE, STAUB IM	34
BAUCHSCHMERZEN	8
BEULE	5
BISSWUNDE	30
BLASE AM FUSS	21
BLUTERGUSS	5
DURCHFALL	9
ERBRECHEN	17
ERFRIERUNG	24
FIEBER	22
FINGER, -QUETSCHUNG ODER -ZERSCHELLUNG	26
HITZESCHLAG	15
HYPERVENTILATION	13
INSEKTENSTICH	31
KNOCHENBRUCH	25
KOPFSCHMERZEN	7
KRAMPFANFALL	16
KRATZER/SCHRAMME	28
KREISLAUFKOLLAPS	20
LÄUSE	33

INDEX - MOTS CLES

ACCIDENT	1
APPEL AU 112 : Que dire ?	3
APPEL DES SECOURS	2
ASTHME	12
BOSSE	5
BRULURE	18 - 19
CASSURE	25
CHOC SUR LA TETE	6
CLOQUE AU PIED	21
CONSTIPATION	9
CONVULSION	16
COUP	5
COUP DE CHALEUR	15
COUP DE SOLEIL	14
COUPURE	27
DIARRHEE	9
DOIGT COINCE OU ECRASE	26
EMPOISONNEMENT	10
ENTORSE	25
ERAFLURE	28
EVANOUISSEMENT	20
FIEVRE	22
GELURE	24
HEMATOME	5
HYPERVENTILATION	13

MAGENVERSTIMMUNG	8 und/oder 17
NASENBLUTEN	4
NOTRUF 112: Was muss ich sagen?	3
OHNMACHTSANFALL	20
REISEKRANKHEIT	11
SCHLAG GEGEN DEN KOPF	6
SCHLAG/STOSS	5
SCHNITTWUNDE	27
SONNENBRAND	14 und 15 und 18
SONNENSTICH	14 und 15
SPASMOPHILIE	13
SYNKOPE	20
TELEFONNUMMERN, WICHTIGE	35
TEMPERATUR erhöhte (FIEBER)	22
UNFALL	1
UNTERKÜHLUNG	23
VERBRENNUNG	18-19
VERGIFTUNG	10
VERSTAUCHUNG	25
VERSTOPFUNG	9
VERGIFTUNG	10
VERRENKUNG	25
WUNDE, OBERFLÄCHLICHE	28
WUNDE, INFEKTIONSZEICHEN EINER	29
ZECKE	32

HYPOTHERMIE	23
INDIGESTION	8 et/ou 17
INSOLATION	15
INTOXICATION	10
LUXATION	25
MAL AU VENTRE	8
MAL DE TETE	7
MAL DES TRANSPORTS	11
MALAISE	20
MORSURE	30
NUMEROS DE TELEPHONE UTILES	35
PIQURE D'INSECTE	31
PLAIE SUPERFICIELLE	28
POUSSIÈRE DANS L'ŒIL	34
POUX	33
SAIGNEMENT DE NEZ	4
SIGNES D'INFECTION D'UNE PLAIE	29
SPASMOPHILIE	13
SYNCOPE	20
TEMPERATURE	22
TIQUE	32
TROUBLES DE LA RESPIRATION	12 - 13
VOMISSEMENT	17

UNFALL oder AKUTE ERKRANKUNG

Was ist zu tun?

⇒ **Du sollst zuhören und den Hilfsbedürftigen ernst nehmen.**

1) **VERSCHAFTE DIR EINEN ÜBERBLICK**

- Verschaffe dir einen Ueberblick über die gesamte Situation.
- Bilde dir einen Eindruck über den Allgemeinzustand des Opfers (Bewusstsein, Atmung, Hautfarbe) und mögliche Verletzungen.
- Mache mögliche Gefahren ausfindig

2) **DENKE NACH**

- Ordne deine Gedanken, bevor du handelst. Bewahre die Ruhe.
- Denke an die Sicherheit aller Betroffenen (du, die Andern, das Opfer).

3) **HANDELE**

- Im Falle eine Unfalls: Unfallabsicherung (Warndreieck, ...).
- **Wende Gefahren ab**, halte Schaulustige fern, ...
- **Befrage** das Opfer über seinen Zustand.
- **Tätige den Notruf** (Arzt oder 112).
- Leiste **Erste Hilfe**.
- **Beruhige, tröste, schütze.**

4) **ÜBERWACHE**

- Beobachte den Krankheitsverlauf bis zum Eintreffen der Rettungsdienste und rede mit dem Opfer.



ACCIDENT ou MALAISE

Que faire ? (ORAS)

Garde ton calme avant d'agir et veille à la sécurité.

⇒ **Savoir-être** : **Ecoute** et **respecte** la victime.

1) **OBSERVE**

- **Observe** la situation dans sa totalité.
- **Evalue l'état général** de la victime (conscience, respiration, coloration de la peau) et **les blessures éventuelles**.
- **Repère** les **dangers** potentiels.

2) **REFLECHIS**

- Mets de l'ordre dans tes idées avant d'agir. Garde ton calme.
- Pense à la **sécurité** de tous (toi, les autres et la victime).

3) **AGIS**

- En cas d'accident, signale-le (triangle,...).
- **Écarte** les **dangers**, les curieux,...
- **Questionne** la victime sur son état.
- **Appelle** les **secours** (le médecin ou le 112).
- Donne les **premiers soins**.
- **Rassure, réconforte, couvre**.

4) **SURVEILLE**

- Surveille l'évolution jusqu'à l'arrivée des secours et continue de parler à la victime.

ALARMIERUNG DES NOTDIENSTES

1) Wen rufst du an?

Für einen medizinischen Einsatz:

- in allen nichtdringlichen Situationen: Prioritär den behandelnden Arzt
- im Notfall (Feuerwehr, Rettungsdienst): 112 (Gratisnummer mit Gültigkeit in ganz Europa).

Für Auskünfte:

- **Vergiftungs-Informations-Zentrale** (24H/24): 0032 70 245 245
- **Verbrennungszentrum**: 0032 2 268 62 00

2) Wie rufst Du an?

- Bevorzuge eine Telefon-Festlinie, eine Telefonkabine oder eine Notrufsäule (falls du Deinen Aufenthaltsort nicht genau bestimmen kannst).
- Sprich klar und ruhig.
- Falls ein Anderer den Notruf tätigt, bitte ihn dir zu bestätigen, dass der Anruf tatsächlich erfolgt ist.
- Tätige einen erneuten Notruf, falls die Lage sich ändert (z.B.: Das Opfer wird bewusstlos, ...).

3) Was sagst Du? Siehe Seite 3.

APPEL DES SECOURS

1) Qui appelles-tu ?

Pour avoir une intervention médicale :

- En priorité, le **médecin traitant** : pour toute situation jugée non urgente.
- Le **112**: pour toute situation d'urgence (pompiers – ambulance). Numéro gratuit valable dans toute l'Europe.

Pour avoir des renseignements

- **Centre Antipoisons** (24h/24) : 0032 70 245 245
- **Centre des brûlés** : 0032 2 268 62 00

2) Comment appelles-tu ?

- ⇒ Privilégie une **ligne fixe**, une cabine ou la borne téléphonique (si tu ne peux pas te localiser précisément).
- ⇒ **Exprime-toi clairement** et calmement.
- ⇒ Si une autre personne lance l'**appel**, demande-lui de revenir te le **confirmer**.
- ⇒ Rappelle si la **situation change** (ex : la victime devient inconsciente,...).

3) Que dis-tu ? Voir page 3.

NOTRUF 112: Was muss ich sagen?

Sage klar ...

- 1) **Wer du bist.**
- 2) Die genaue Beschreibung des **Ortes** (Anschrift, Stockwerk, Kilometerstein, ...).
- 3) Die **Anzahl** der Notfallopfer.
- 4) Das **Alter**.
 - ➔ Kinder oder Erwachsene
- 5) **Zustand** der Opfer.
 - ➔ bei Bewusstsein, bewusstlos,
- 6) Die **Art** des Unfalls oder der akuten Erkrankung.
 - ➔ z.B. Sturz, Fahrradunfall, Bewusstlosigkeit, Krampfanfall, ...
- 7) Die **Besonderheiten** der Situation.
 - ➔ z.B.: Höhe, unzulänglicher Zugang zum Verletzten,, ...

Telefon nicht als Erster beenden. Die Leitstelle beendet das Gespräch.

APPEL AU 112 : Que dire ?

Enonce clairement...

- 1) **Qui tu es.**
- 2) Le **lieu** précis (adresse, étage, borne kilométrique,...).
- 3) Le **nombre** de victimes.
- 4) La catégorie d'**âge**.
 - ↪ enfant ou adulte
- 5) L'**état** de la victime.
 - ↪ consciente, inconsciente
- 6) Le **type** d'accident (ou de malaise).
 - ↪ ex : chute, accident de vélo, perte de connaissance, convulsions,...
- 7) Les **particularités** de la situation.
 - ↪ ex : hauteur, victime inaccessible,...

Ne raccroche qu'à la demande de l'opérateur.

NASENBLUTEN

- 1) **Beruhige und tröste.** Fordere das Opfer auf, sich **hinzusetzen.**
- 2) Halte den **Kopf** des Opfers gerade, sowie **leicht nach vorne** geneigt.
! Falls der Kopf nach hinten geneigt ist, läuft das Blut in den Rachen.
- 3) **Drücke** den blutenden **Nasenflügel** ca. 10 Min. oder bis zur **Blutstillung** gegen die **Nasenscheidewand.**



- 4) Lege **Kältewickel** an den **Nasenflügel** und/oder in den **Nacken.**

Suche ärztlichen Rat, wenn

- ➔ die Blutung länger als 10 Minuten **andauert**, oder zusätzlich eine **Schwellung**, ein **Schlag** (siehe Seite oder eine **Wunde** vorliegt.

SAIGNEMENT DE NEZ

- 1) **Rassure, réconforte** la victime et fais-la **asseoir**.
- 2) Maintiens sa **tête droite, légèrement vers l'avant**.
! Si la tête est placée en arrière, le sang va couler dans la gorge.
- 3) **Comprime** la **narine** qui saigne à la base du nez ± 10 min ou **jusqu'à l'arrêt du saignement**.



- 4) **Applique du froid** à la **base de la narine** et/ou dans la **nuque**.

Passes le relais au **médecin** si

- ➔ le saignement persiste plus de 10 min ou s'il s'associe à un **gonflement**, à un **coup** (voir page 5) ou à une **plaie**.

BEULE BLUTERGUSS SCHLAG/STOSS

- 1) **Beruhige** und **tröste** das Opfer. **Sprich** mit ihm.
- 2) Betreue den Verletzten in **Ruhe**. Bitte ihn, sich nicht zuviel zu bewegen.
- 3) **Kälteanwendung** während **maximal 20 Minuten** (eingepackte Eiswürfel oder eingewickelte Cold Pack).
- 4) Trage **behutsam** eine Arnikasalbe auf.
- 5) Überwache.

! Ein Schlag auf den Kopf bedarf einer grösseren Aufmerksamkeit. Hole ärztlichen Rat. (Risiko einer Gehirnerschütterung).

BOSSE HEMATOME COUP

- 1) **Rassure, réconforte** la victime. **Parle-lui**.
- 2) Garde-la au **calme**, demande-lui de ne pas trop bouger.
- 3) **Applique du froid** (glaçons protégés ou cold pack emballé) sur la lésion ⇒ **20 min maximum**.
- 4) Applique et fais **doucement** pénétrer de la pommade à base d'arnica.
- 5) Surveille.

*! Un **coup sur la tête** nécessite une attention plus particulière et un relais au médecin (risque de commotion) : voir page 6.*

SCHLAG GEGEN DEN KOPF

- 1) **Beruhige** und **tröste** das Opfer. **Sprich** mit ihm.
- 2) **Lagere das Opfer bequem und halte es wach indem Du mit ihm sprichst.**
- 3) Beurteile
 - ➔ den **Wachheitszustand** des Opfers:
Reaktionsfähigkeit, Zusammenhang der Worte, Schlaf, ...
 - ➔
- 4) **Lege eine Kälteanwendung** auf die Verletzung (eingepackte Eiswürfel oder eingewickelte Cold Pack) > maximal 20 Minuten
- 5) **Überwache** den Verlauf (während 48 Stunden).

Rufe den **Arzt** bei Vorliegen von **Warnzeichen**:

- ➔ Beeinträchtigung des Wachheitszustandes
- ➔ Atemnot
- ➔ Veränderungen der Hautfarbe
- ➔ Erbrechen, Durchfall, Schüttelfrost, Fieber, ..
- ➔ Bewegungsstörungen (Kraftminderung, ...).

! Ein Kind das aus einer Höhe stürzt, welche dem eineinhalbfachen seiner Körpergrösse oder mehr entspricht, muss zwingend dem Arzt vorgestellt werden.

CHOC SUR LA TÊTE

- 1) **Rassure et reconforte** la victime. **Parle-lui.**
- 2) **Installe-la confortablement, maintiens-la éveillée en lui parlant.**
- 3) **Evalue**
 - ➔ l'**état d'éveil** de la victime :
réactivité, cohérence des propos, sommeil,...
 - ➔ les **signes généraux** :
nausées, vomissements, fièvre, maux de tête violents et persistants, ...
- 4) **Applique du froid** (glaçons protégés ou cold pack emballé) pendant **20 min maximum.**
- 5) **Surveille** l'évolution (durant 48 h).

Passer le relais au **médecin** en cas de **signes alarmants** :

- ➔ altération de l'état d'éveil
- ➔ difficultés respiratoires
- ➔ modification de la couleur de peau
- ➔ vomissements, diarrhée, frissons, fièvre,...
- ➔ troubles moteurs (perte de force,...).

! *Un enfant qui fait une chute d'une fois et demie sa propre taille doit obligatoirement être vu par un médecin.*

KOPFSCHMERZ

KOPFSCHMERZ KANN VIELE VERSCHIEDENE URSACHEN HABEN.

- 1) **Beruhige** und **tröste** das Opfer.
- 2) Bringe das Opfer an einen **ruhigen** und **stillen** Platz in **frischer Luft**. Reiche ihm etwas zu **trinken**.
- 3) Befrage das Opfer über:
 - ↳ die **Umstände**:
 - was tat es vor Auftreten der Schmerzen?
 - hat es sich über etwas aufgeregt?
 - hat es einen Schlag erhalten? (Siehe Seite 6)
 - ist es vor kurzem gestürzt?
 - ↳ sein **Empfinden**:
 - Ist es müde?
 - Ist es ängstlich? überansprucht? traurig?
 - ↳ die **Regelmässigkeit** des **Schmerzes**
 - kommen diese öfter vor?
 - ↳ die **Folgen** der **Schmerzen**
 - in Bezug auf seine Aktivitäten?
 - in Bezug auf seinen Schlaf?
 - ↳ eine möglicherweise laufende Behandlung
 - nimmt es Arzneimittel?
 - muss es eine Brille tragen?
- 4) **Überwache** den Verlauf.
- 5) Messe seine **Körpertemperatur**.
- 6) **Gebe kein Schmerzmittel** ohne ärztlichen Rat.

Verständige einen **Arzt**, falls die Schmerzen anhalten oder sich der Zustand verschlimmert.

MAL DE TÊTE

LES CAUSES D'UN MAL DE TÊTE PEUVENT ÊTRE TRÈS DIVERSES.

- 1) **Rassure et reconforte** la victime.
- 2) Installe-la au **repos**, au **calme** et à l'**air frais**. Donne-lui à **boire**.
- 3) Interroge-la sur :
 - ↳ les **circonstances**
 - Que faisait-elle avant d'avoir mal ?
 - S'est-elle énervée ?
 - A-t-elle reçu un coup ? (voir page 6)
 - Est-elle tombée récemment ?
 - ↳ ce qu'elle **ressent**
 - Est-elle fatiguée ?
 - Est-elle anxieuse ? stressée ? triste ?
 - ↳ la **régularité** de la **douleur**
 - Cela lui arrive-t-il souvent ?
 - ↳ les **conséquences** de la **douleur**
 - Sur ses activités.
 - Sur son sommeil.
 - ↳ un éventuel **traitement en cours**
 - Prend-elle des médicaments ?
 - Doit-elle porter des lunettes ?
- 4) **Surveille** l'évolution.
- 5) Prends sa **température**.
- 6) **Evite** de donner un **antidouleur** sans avis médical.

Passer le relais au **médecin** si les douleurs persistent ou si son état n'évolue pas ou s'aggrave.

BAUCHSCHMERZEN

DIE URSACHEN KÖNNEN SEHR UNTERSCHIEDLICHER ART SEIN.

DA DIE URSACHE PSYCHOLOGISCH SEIN KANN ODER ES FÜR DAS KIND SCHWIERIG SEIN KANN ÜBER SEINE SCHMERZEN ZU SPRECHEN, SPRICH VIELLEICHT ALLEIN UNTER VIER AUGEN MIT DEM KIND.

BAUCHSCHMERZEN KÖNNEN AUCH DAS SPIEGELBILD VON UNWOHLSEIN REFLEKTIEREN: STRESS, FERN VON DER FAMILIE SEIN,.....

- 1) Den Teilnehmer **beruhigen** und **trösten**.
- 2) Lege ihn an einen **ruhigen** Ort in einer ihm angenehmen Position.
- 3) **Befrage** ihn über:
 - ↪ die **Umstände**
 - Hat er einen Schlag erhalten?(siehe Seite 6)
 - Was hat er gegessen? (siehe Seite 10)
 - Wenn es ein Mädchen ist, hat sie ihre Tage?
 - ↪ was er **empfindet**
 - wie ist der Schmerz? stärker werdend? konstant? Starker Schmerz
 - Hat er andere Symptome Uebelkeit, Durchfall, Erbrechen,...?
 - Ist er verärgert, traurig, ängstlich
 - ↪ die **Regelmäßigkeit** der **Schmerzen**
 - Hat er öfters Bauchschmerzen?
 - ↪ eventuelle **Behandlungen**
 - Nimmt er Medikamente?
- 4) **Temperatur** messen.
- 5) Vermeide **Schmerzmedikamente** zu geben ohne ärztlichen Rat.
- 6) **Überwache** den Verlauf der Bauchschmerzen.

Verständige den **Arzt**, falls die Schmerzen anhalten oder sein Zustand sich verschlechtert.

MAL AU VENTRE

LES CAUSES PEUVENT ÊTRE TRÈS DIVERSES. COMME UNE CAUSE PSYCHOLOGIQUE EST POSSIBLE OU QUE L'ENFANT PEUT AVOIR DU MAL À PARLER DE SES DOULEURS, DISCUTE SEUL À SEUL AVEC L'ENFANT

LE MAL AU VENTRE PEUT AUSSI ÊTRE LE REFLET D'UN MAL-ÊTRE : STRESS, ÉLOIGNEMENT DE LA FAMILLE, ...

- 1) **Rassure et reconforte** le participant.
- 2) Installe-le au **repos**, au **calme**, dans la position qui lui convient.
- 3) **Interroge-le** sur :
 - ➔ les **circonstances**
 - A-t-il reçu un coup ? (voir page 6)
 - Qu'a-t-il mangé ? (voir page 10)
 - Si c'est une fille, est-elle réglée ?
 - ➔ ce qu'il **ressent**
 - Comment est la douleur ? progressive ? constante ? vives ?
 - A-t-il d'autres symptômes nausées, diarrhée, vomissements,...) ?
 - Est-il contrarié ? triste ? anxieuse ?
 - ➔ la **régularité** de la **douleur**
 - A-t-il souvent mal au ventre ?
 - ➔ un éventuel **traitement en cours**
 - Prend-il des médicaments ?
- 4) Prends sa **température**.
- 5) Evite de donner des **antidouleurs** sans avis médical.
- 6) **Surveille** l'évolution.

Passe le relais au **médecin** si les douleurs persistent ou si son état s'aggrave.

VERSTOPFUNG

KANN BAUCHSCHMERZEN VERURSACHEN.

ERSCHEINUNGSBILD, WENN DIE GEWOHNHEITEN DER KINDER GESTÖRT SIND.

- 1) Auf **saubere** (einladende) **sanitäre Anlagen** achten (damit die Kinder sich wohlfühlen).
- 2) **Ausgeglichene Kost** anbieten:
 - Obst: Orangen, Grapefruits, Zwetschgen, gekochte Äpfel, Kiwis.....
 - Vollkornbrot.
 - Viel Wasser
- 3) Respektiere, beim Toilettengang, den Rhythmus und die Intimität der Kinder.

DURCHFALL

- 1) Folgende Nahrungsmittel anbieten:
 - Stärkehaltige Nahrungsmittel: Reis, Zwieback.....
 - Gemüse: Karotten,.....
 - Obst: Bananen, rohe Äpfel,.....
- 2) **Vermeide fette** Lebensmittel, Milchprodukte, Obst und Gemüse, die Stuhlgang treibende Wirkung haben. (siehe oben)
- 3) **Viel zu trinken** anbieten.

Den **Arzt** verständigen

- ➔ wenn der Durchfall bleibt (mehr als 3x wässriger Stuhlgang am Tag),
- ➔ wenn das Kind nicht trinkt oder sein allgemeiner Zustand sich verschlechtert

CONSTIPATION

PEUT S'ASSOCIER À DES MAUX DE VENTRE

PHÉNOMÈNE COURANT QUAND L'ENFANT EST PERTURBÉ DANS SES HABITUDES

- 1) Maintiens les **sanitaires propres** et accueillants (pour que l'enfant se sente à l'aise).
- 2) Favorise une **alimentation équilibrée** :
 - Fruits : orange, pamplemousse, pruneaux, pommes cuites, kiwis,...
 - Pain complet.
 - Beaucoup d'eau.
- 3) Respecte le rythme et l'intimité des enfants.

DIARRHÉE

- 1) Favorise les aliments suivants :
 - Féculents : riz, biscottes, ...
 - Légumes : carottes, ...
 - Fruits : bananes, pomme crue, ...
- 2) **Evite** les aliments **gras**, les produits laitiers, les fruits et légumes laxatifs (voir ci-dessus).
- 3) Donne-lui **beaucoup à boire**.

Passer le relais au **médecin**

- ➔ si la diarrhée persiste (+ de 3 selles liquides par jour pendant plus d'un jour), s'il est incapable de boire ou si l'état général de l'enfant s'altère.

VERGIFTUNG

JEDE VERGIFTUNG BEDARF EINER UNTERSCHIEDLICHEN VORGEHENSWEISE. HANDLE NUR NACH ANWEISUNG DES ARZTES ODER DES VERGIFTUNGSZENTRUMS.

1) **Beruhige** und **tröste** das Opfer. **Sprich** mit ihm.

2) Informiere Dich genau:

- ➔ Wer? Betroffene(s) Opfer, Alter Gewicht, überprüfe ob es keine weiteren Opfer gibt
- ➔ Was ? Bezeichnung der möglichen Vergiftungsursache (Produkt, Tierbiss, -stich, ..).
- ➔ Wann ? Seit welchem Zeitraum, wahrscheinlicher/ gesicherter Einnahmezeitpunkt
- ➔ Wieviel ? Quantität.
- ➔ Wie ? Durch Einatmung, Einnahme, Kontakt, Einspritzung (eingeatmet, gegessen, berührt, durch Stich).

3) Ohne ärztlichen Rat: Gebe dem Opfer **nichts** zu **trinken**, **nichts** zu **essen** und bringe es **nicht** zum **Erbrechen**.

4) Rufe Hilfe und befolge die Anweisungen:

- ➔ bewusstseinsklares Opfer:
 - rufe den **behandelnden Arzt**
Auf Anraten des Arztes, oder falls du diesen nicht erreichst > 0032 (0) 70 245 245 (Vergiftungszentrum)
- ➔ bewusstloses Opfer > **112**

INTOXICATION - EMPOISONNEMENT

CHACQUE INTOXICATION NÉCESSITE UNE INTERVENTION DIFFÉRENTE.

AUCUNE INITIATIVE NE DOIT ÊTRE PRISE SANS AVIS PRÉALABLE DU MÉDECIN OU DU CENTRE ANTIPOISONS.

1) **Rassure et réconforte** la victime. **Parle**-lui.

2) Informe-toi précisément :

- ➔ Qui ? victime(s) concerné(s), âge(s), poids, vérifie s'il n'y en a pas d'autres.
- ➔ Quoi ? nom du produit, de l'aliment, de l'animal...
- ➔ Quand ? depuis combien de temps, moment présumé / certain de l'intoxication.
- ➔ Combien ? quantité.
- ➔ Comment ? par inhalation, ingestion, contact ou injection (respiré, mangé, touché, par piqûre).

3) En l'absence de consignes, **évite** de donner à **boire**, à manger **et évite** de la faire **vomir**.

4) Appelle et suis les consignes :

- ➔ victime consciente :
 - **médecin** traitant
S'il te le conseille ou si tu ne sais pas le joindre
⇒ 0032 (0) 70 245 245 (centre Antipoisons)
- ➔ victime inconsciente → 112

REISEKRANKHEIT

IST BEDINGT DURCH EINE Abspaltung zwischen Sehen und Körperempfinden.

Vorbeugemassnahmen:

- das Kind soll während der Reise nicht lesen,
- gib ihm eine kleine Mahlzeit vor der Abfahrt,
- Sorge dafür, dass das Kind ausgeruht ist,
- gebe ein vorbeugendes Arzneimittel nur auf ärztlichen Rat oder im Einverständnis mit den Eltern (1 Stunde vor Abreise).

- 1) **Setze** das Kind auf den **Vordersitz** und gib ihm die Anweisung, geradeaus zu schauen. Dies ermöglicht es ihm, die Bewegungen vorherzusehen.
- 2) Lasse ihm **frische Luft** zukommen.
- 3) **Lockere** seine Kleider.
- 4) Halte eine **Kunststofftüte** bereit, falls das Kind erbrechen muss.

MAL DES TRANSPORTS

EST DÙ À UNE DISSOCIATION ENTRE CE QUE L'ON VOIT ET CE QUE LE CORPS RESSENT.

Conseils préventifs :

- ne fais pas lire l'enfant pendant le trajet ;
- fais-le manger **un peu** avant le départ ;
- fais en sorte qu'il se soit reposé ;
- ne donne un médicament préventif que sur avis médical ou avec l'accord des parents (1h avant).

- 1) **Place** l'enfant à **l'avant du véhicule** et demande-lui de **regarder devant** lui. Cela lui permet d'anticiper les mouvements.
- 2) Donne-lui de **l'air frais**.
- 3) **Desserre** ses vêtements.
- 4) Prépare un **sachet plastique** en prévision de vomissement.

ATEMNOT: ASTHMAKRISE

BEI ASTHMAKRANKEN KOMMT SEHR OFT DIE KRISE UNVORHERGESEHEN. ANDERE WERDEN AUSGELÖST DURCH EINE ANSTRENGUNG, EINE STARKE EMOTIONALE RÜHRUNG ODER HEFTIGE ERSCHÜTTERUNG, KONTAKT MIT EINEM ALLERGEN (TIER, LEBENSMITTEL, POLLEN).

Anzeichen: Schwierigkeiten beim Einatmen (Pfeiffen) und beim Ausatmen, Husten, beklemmendes Gefühl, Atemnot, Schweiß, Unruhe

Sieh in der **Krankenakte** der Person nach, ob eine Asthmaveranlagung vorliegt. Wenn nichts dergleichen angegeben wurde, rufe den **Notarzt**.

- 1) **Beruhige, tröste** die Person. **Sprich** mit ihr.
- 2) Bringe die Person in **sitzender Position** an einen **ruhigen Ort** (vereinfacht die Atmung).
- 3) Verabreiche die **Behandlung** (puff,), die vom Arzt verschrieben wurde und welche die Eltern in der Krankenakte verzeichnet haben.

! Beachte immer die verschriebene Dosis.

! Vergiss die Behandlung nicht bei einer Aktivität.

4) **Bleibe wachsam.**

Verständige einen **Notarzt**, wenn die Krise anhält oder sich der Zustand verschlechtert.

TROUBLE DE LA RESPIRATION : CRISE D'ASTHME

LES ASTHMATIQUES FONT DES CRISES TRÈS SOUVENT IMPRÉVISIBLES. D'AUTRES SONT PROVOQUÉES PAR UN EFFORT, UNE ÉMOTION VIVE, UN CONTACT AVEC UN ALLERGÈNE CONNU (ANIMAL, ALIMENT).

Signes repérables : difficultés à respirer (sifflement) et à expirer, toux, oppression, manque d'air, sueurs, agitation...

Consulte la **fiche de santé** de la victime pour savoir s'il s'agit d'un fait connu. Si ce **signe** de santé n'y est **pas noté**, appelle le **médecin**.

- 1) **Rassure et reconforte** la victime. **Parle-lui**.
- 2) Place la victime au **calme**, en position **assise** (cela facilite sa respiration).
- 3) Donne-lui le **traitement** (puff,...) qui lui a été prescrit par le médecin et que les parents ont renseigné dans la fiche médicale.

! Respecte toujours la dose prescrite.

! Ne l'oublie pas quand tu prévois ton activité.

4) **Reste vigilant.**

Passer le relais au médecin si la crise persiste ou si son état s'aggrave.

ATEMNOT: HYPERVENTILATION SPASMOPHILIE

Auffallende Anzeichen: : Beschleunigung der Atmung, Schwindel, Angstgefühle, Erstickungsgefühle, Schweißausbruch.

Sieh in der **Krankenakte** der Person nach, ob obengenannte Anzeichen erwähnt werden. Wenn diese **Anzeichen nicht beschrieben** sind, rufe den **Notarzt**.

- 1) **Beruhige, tröste** die Person. **Sprich** mit ihr.
- 2) Bringe die Person in **sitzender Position** an einen **ruhigen** Ort (vereinfacht die Atmung).
- 3) Ermutige sie ruhig und **langsam zu atmen**.
- 4) Verabreiche die **Behandlung**, die ihr vom Arzt verschrieben wurde (wenn es eine gibt)
- 5) Lass sie **ausruhen**.
- 6) Bleibe wachsam.

Verständige einen **Notarzt** wenn die Krise anhält oder der Zustand sich verschlechtert.

TROUBLES DE LA RESPIRATION : HYPERVENTILATION SPASMOPHILIE

Signes repérables : accélération de la respiration, vertiges, panique, impression d'étouffement, sueurs,...

Consulte la **fiche de santé** de la victime pour savoir s'il s'agit d'un fait connu. Si ce **signe** de santé n'y est **pas noté**, appelle le **médecin**.

- 1) **Rassure et reconforte** la victime. **Parle-lui**.
- 2) Place la victime au **calme**, en **position assise** (cela facilite sa respiration).
- 3) Encourage-la à **respirer lentement**.
- 4) Donne-lui le **traitement** qui lui a été prescrit par le médecin (s'il y en a un).
- 5) Laisse-la au **repos**.
- 6) Reste vigilant.

Passer le relais au **médecin** si la crise persiste ou si son état s'aggrave.

SONNENSTICH/ SONNENBRAND

Präventive Ratschläge :

- Schütze die Kinder (Sonnenmilch mit hohem Lichtschutzfaktor, die regelmäßig erneuert wird).
- Rate ihnen eine Sonnenkappe zu tragen.
- Gib ihnen regelmäßig zu trinken.
- Vermeide den Aufenthalt in der Sonne, während der heißesten Stunden am Tag.
- Sei aufmerksam bei Kindern, die eine Sonnenallergie haben.

Anzeichen : Gefühl verbrannt zu sein, rote Haut, Blasen.

- 1) Bring den Patienten an einen **kühlen** und **schattigen** Ort.
- 2) **Handele**, wie es bei **Verbrennungen** vorgesehen ist (siehe Seite 18 und 19)
- 3) **Trage** eine **spezielle Après-soleil-Sonnenmilch** auf um die Haut zu beruhigen und sie mit Feuchtigkeit zu versorgen.

COUP DE SOLEIL

Conseils préventifs :

- Protège les enfants (crème à haut indice protecteur à renouveler régulièrement).
- Conseille-leur de **porter** une **casquette**.
- Donne-leur à boire régulièrement.
- Évite l'exposition aux heures les plus chaudes.
- Sois attentif aux enfants allergiques au soleil.

Signe repérables : sensation de brûlure, rougeurs, cloques.

- 1) Place la victime dans un **endroit frais** et **ombragé**.
- 2) **Agis comme** indiqué dans la **brûlure** (voir page 18 et 19).
- 3) Applique une **crème** spéciale **après-soleil** pour l'apaiser et réhydrater sa peau.

SONNENSTICH - HITZESCHLAG

Präventive Ratschläge :

- Rate den Kindern eine **Sonnenkappe** zu tragen.
- Gib ihnen regelmäßig zu trinken.
- Vermeide den Aufenthalt in der Sonne, während der heißesten Stunden am Tag.

Anzeichen : Übelkeit und/oder Übergeben, Kopfschmerzen, Müdigkeit, erhöhte Temperatur, Bewusstseinsstörungen, Schwindel, ...

- 1) Bringe den Patienten an einen **kühlen** und **schattigen** Ort.
 - 2) **Entferne** zu enge **Kleidung**.
 - 3) **Kühle** die Stirn, die Schläfen und den Nacken mit einem kühlen feuchten Tuch.
 - 4) Gib ihm **Wasser** zu **trinken**.
 - 5) Miss seine **Temperatur**
 - ➔ bei 38°C oder höher kann ein ernsthafter Sonnenstich vorliegen.
 - 6) **Überwache** den Patienten.
- Verständige einen Arzt, wenn
- ➔ sein Zustand sich nicht verbessert (Übergeben),
 - ➔ die erhöhte Temperatur anhält.

INSOLATION - COUP DE CHALEUR

Conseils préventifs :

- Conseille aux enfants de **porter** une **casquette**.
- Donne-leur à boire régulièrement.
- Évite l'exposition aux heures les plus chaudes.

Signes repérables : nausées et/ou vomissements, mal de tête, fatigue, élévation de la température, corporelle, trouble de la conscience, vertiges, étourdissement, ...

- 1) **Rassure et réconforte** le participant. Mets-le au **frais**, à l'**ombre** et au **calme**.
- 2) **Déshabille-le légèrement**.
- 3) **Rafrâchis** le front, les tempes et le cou avec un linge humide.
- 4) Fais-lui **boire de l'eau**.
- 5) Prends sa **température**
 - ➔ égale ou supérieure à 38° = insolation importante.
- 6) **Surveille** le participant.

Passes le relais au **médecin** si

- ➔ son état ne s'améliore pas (vomissements,...);
- ➔ la température persiste.

KRAMPFANFALL

BEISPIELE: EPILEPTISCHER ANFALL, SONNENSTICH, ...

Erscheinungsbild : Umfassendes und nicht beherrschbares Zucken am ganzen Körper, oder an einzelnen Körperteilen.

1) Vermeide einen Folgeunfall :

- ➔ falls möglich, **lass dir** von Anderen **beihilflich sein**;
- ➔ halte **Schaulustige** fern;
- ➔ wende **mögliche Gefahren** ab (Gegenstände), setze die Brille ab;
- ➔ versichere dich, dass die **Luftwege** (Nase, Mund) **frei sind**;
- ➔ schiebe **nichts** zwischen die Zähne (Risiko Verlegung der Atemwege oder Zahnbruch: Brechreflex...);
- ➔ Lass den Krampfanfall vorübergehen. Versuche **nicht** das Opfer während des Anfalls körperlich **zu bezwingen**.

2) **Nach** dem Anfall: Schaffe ein **ruhiges** Umfeld. **Setze dich neben das Opfer.**

3) **Tröste** das Opfer und **rede** mit ihm.

4) **Lockere seine Kleider und decke es zu.**

5) **Rufe** einen **Arzt** oder den Notruf 112.

6) **Überwache** das Opfer (Risiko des Erbrechens).

CONVULSION

EX : CRISE D'ÉPILEPSIE, INSOLATION GRAVE,...

Signes repérables : tremblements généraux et incontrôlables du corps tout entier ou seulement d'une partie de celui-ci.

1) Evite le **suraccident** :

- ➔ fais-toi **aider** si possible ;
- ➔ éloigne les **curieux** ;
- ➔ écarte les **dangers éventuels** (objets,...), retire les lunettes ;
- ➔ assure-toi que les **voies aériennes** (nez et bouche) ; soient bien **dégagées** ;
- ➔ ne mets **rien** entre les dents (risque d'obstruction ou de dents cassées : réflexe de vomissements ...) ;
- ➔ laisse les convulsions se passer. Ne **maîtrise pas** la victime pendant les convulsions.

2) **Après** la crise, veille au **calme** autour de la victime et **installe-la sur son côté**.

3) **Réconforte** la victime. **Parle-lui**.

4) **Desserre ses vêtements et couvre-la**.

5) **Appelle** un **médecin** ou le 112.

6) **Surveille** la victime (risque de vomissements).

ERBRECHEN

VERSCHIEDENE URSACHEN

- 1) Wenn der Verletzte erbricht, lass ihn mit dem Kopf nach vorne sitzen.
- 2) Dann, **lege** ihn **bequem seitlich** hin.
- 3) **Zudecken.**
- 4) Die **Nahrung** während einem Tag **anpassen**(Zwieback,...) viel zu **trinken** geben(Wasser, geschüttelte Cola,...).
- 5) **Überwachen.**

Den **Arzt** verständigen, wenn **andere Symptome** dazukommen (Fieber,.....) oder das Erbrechen länger als einen Tag dauert.

! Vergewissere dich, ob es keine anderen Kranken gibt. (Vergiftung- siehe Seite 10,.....).

VOMISSEMENT

CAUSES TRÈS VARIÉES

- 1) Si la victime vomit, laisse-la assise tête en avant.
- 2) Ensuite, **installe**-la confortablement **couchée** sur son **côté**.
- 3) **Couvre**-la.
- 4) **Adapte** son **alimentation** durant une journée (pain grillé,...) et donne-lui à **boire** (eau, cola secoué,...).
- 5) **Surveille**-la.

Passe le relais au **médecin** si d'**autres symptômes** sont associés (fièvre,...) ou que cela dure plus d'une journée.

! Assure-toi qu'il n'y a pas d'autres participants malades (intoxication – voir page 10, ...).

VERBRENNUNG

Immer Wasser um deine Haut zu retten!

faire couler de l'eau
au-dessus de la brûlure

- 1) In jedem Fall, **lass** kaltes oder angenehm **lauwarmes Wasser über** die Verbrennung **laufen**. Dies vermeidet das Aufplatzen der Blasen und vermindert den Schmerz.



- 2) Während die Verbrennung mit Wasser gekühlt wird, beobachte :

➔ den Schweregrad:

▣ Oberflächliche Verbrennung

- Rot oder / und geschwollen, schmerzend. (1. Grad)
 - Kühle die Verbrennung **15 – 20** Minuten mit Wasser oder bis die **Schmerzen nachlassen**.
 - Decke die Verbrennung mit einem Schutzverband ab.
 - Beobachte regelmässig den Verlauf der Verbrennung..
- Wenn Blasen auftreten, erscheinen (2. Grad)
 - Kühle die Verbrennung **15 – 20** Minuten mit Wasser oder bis die **Schmerzen nachlassen**.
 - Lege einen **feuchten** Verband an (1 Kompresse oder sauberes Stofftuch).
 - Wenn sich Blasen gebildet haben, nicht eigenhändig öffnen.
 - Beobachte regelmässig den Verlauf der Verbrennung

NÄCHSTE SEITE

BRULURE

Toujours de l'eau pour sauver ta peau !

- 1) Dans tous les cas, **fais couler** de l'**eau froide** ou **tempérée** **au-dessus** de la brûlure. Cela évite d'éclater les cloques et diminue la douleur



- 2) Lorsque la brûlure est sous l'eau, observe :

→ la gravité :

▣ Brûlure superficielle

- Rouge et/ou gonflée, douloureuse (1er degré)
 - laisse la brûlure sous l'eau pendant **15 à 20** min ou jusqu'au **soulagement** de la douleur ;
 - couvre avec 1 pansement protecteur ;
 - surveille régulièrement l'évolution de la brûlure.
- Si des cloques apparaissent (2ème degré)
 - laisse la brûlure sous l'eau pendant **15 à 20** min ou jusqu'au **soulagement** de la douleur ;
 - applique un pansement **humide** (une compresse ou un linge propre) ;
 - si tu observes la présence de cloques, ne les perce pas ;
 - surveille régulièrement l'évolution de la brûlure.

PAGE SUIVANTE

▣ **Schwere Verbrennung**

alle Verbrennungen, welche

- die tieferen Hautschichten betreffen (schwarze oder weiße Farbe, Aussehen wie Lederhaut = 3. Grad).
- Kinder unter 5 Jahren betreffen.
- sensible Körperbereiche betreffen: Gesicht, Handflächen, Fußsohlen.
- die Atemwege betreffend (nach Einatmen von Rauch oder warmen Dämpfen).
- Hals, Brustkorb oder die äusseren Gliedmassen
- (Beine und / oder Arme) betreffen.
 - Kühle die Verbrennung mit Wasser.
 - **Rufe** den **Arzt** oder **112**.
 - Die Verbrennung fortsetzend 10 – 20 Minuten kühlen.
 - Bis zum Eintreffen der Nothilfe, lege einen angemessenen, grossen, feuchten Verband an oder ein sauberes Stofftuch.
 - Während der Kühlung setze die Person hin um einen Kreislaufzusammenbruch zu verhindern.
 - Beruhige und tröste die Person.

! Niemals Kleidungsstücke oder Schmuck entfernen, die an der Haut haften.

▣ Brûlure grave

Pour toutes brûlures

- qui touchent les couches profondes de la peau (couleur noire ou blanche, aspect sec et ridé cartonné = 3ème degré) ;
 - qui touchent un enfant de moins de 5 ans ;
 - sur les zones sensibles : visage, paumes des mains, plantes des pieds ;
 - aux voies respiratoires (après inhalation de fumée ou de gaz chaud) ;
 - recouvrant tout le cou, le torse ou les membres (les jambes et/ou les bras) ;
- Refroidis la brûlure avec de l'eau.
 - **Appelle** le **médecin** ou le **112**.
 - Poursuis le refroidissement **15 à 20** min.
 - En attendant l'arrivée des secours, applique un pansement humide suffisamment grand. A défaut, utilise un linge propre.
 - Pendant que sa brûlure est sous l'eau, assieds la victime pour éviter l'éventuel évanouissement. Rassure-la et reconforte-la.

! Ne pas enlever les vêtements ou les bijoux qui seraient collés à la peau.

OHNMACHTSANFALL

SYNKOPE – KREISLAUFKOLLAPS

Erscheinungsbild : Unwohlsein, Schwindelgefühle, Ohrensausen ...

- 1) Bringe den Betroffenen in Rückenlage und hebe seine Beine um 45 Grad.

Innerhalb 15 bis 30 Sekunden muss der Betroffene nach und nach wieder zu sich kommen.

Falls das Opfer **nicht reagiert**: Verliere keine Zeit und rufe den Notruf **112**.



- 2) **Lockere** seine Kleider (Kragen, Gürtel).
- 3) **Halte Schaulustige fern**.
- 4) **Belüfte** das Zimmer.
- 5) **Befrage** den Betroffenen über die Ursachen seines Ohnmachtsanfalles.
 - ➔ Falls er Diabetiker ist, reiche ihm ein zuckerhaltiges Getränk.
- 6) Sorge dafür, dass der Betroffene weitere **30 Minuten** in **Ruhe** und **Stille** liegen kann.
- 7) **Richte** ihn **nach und nach** wieder auf, sobald er sich besser fühlt.
- 8) Biete ihm langsam wirkenden Zucker an (wie in Brot, Obst,).
- 9) **Überwache** den Verlauf, sowie das Auftreten weiterer Symptome.

Bei zusätzlichem Vorliegen eines Schocks oder eines Schlags: Rufe einen Arzt oder den Notruf 112.

EVANOUISSEMENT MALAISE - SYNCOPÉ

Signes repérables : la victime ne se sent pas bien, a des vertiges, bourdonnement d'oreille...

- 1) Couche la victime sur le dos et surélève ses jambes à 45°.

En 15 à 30 secondes, la victime doit revenir peu à peu à elle.

Si elle ne **réagit pas**, ne tarde pas et avertis le **112**.



- 2) **Desserre** ses **vêtements** (col, ceinture).

- 3) **Ecarte** les **curieux**.

- 4) **Aère** la pièce.

- 5) **Interroge-la** sur le motif de son malaise.

➡ Si elle est diabétique, donne-lui une boisson sucrée.

- 6) Maintiens-la au calme et au **repos** pendant **30 min minimum**.

- 7) **Redresse**-la **progressivement** lorsqu'elle se sent mieux.

- 8) Propose-lui un **sucre lent** (pain, fruit, ...).

- 9) **Surveille** l'évolution ou l'apparition d'autres symptômes.

Passer le **relais** à un **médecin** ou aux secours (112) si le malaise s'associe à un **choc** ou à un **coup**.

FUSSBLASE

= Verbrennung durch Reibung

- 1) **Durchsteche** die Blase, **wenn sie schmerzt**, mit Hilfe einer **desinfizierten Nadel ohne die Haut zu entfernen**.
- 2) **Drücke** die Blase mit Hilfe einer **sterilen Komresse** aus.
- 3) **Schütze** die Stelle mit einem Pflaster.

CLOQUE AU PIED

= brûlure par frottement

- 1) **Perce** la cloque, **si elle gêne**, à l'aide d'une **aiguille désinfectée** et **sans enlever la peau**.
- 2) **Vide** le contenu de la cloque avec une **compresse stérile**.
- 3) **Couvre** la plaie.

FIEBER TEMPERATUR

KÖRPERTEMPERATUR ÜBER 38°:

FIEBER IST IMMER ERNST ZU NEHMEN

SEI AUFMERKSAM UND VERMUTE EINE ERHÖHTE TEMPERATUR BEIM ERSTEN MÖGLICHEN ANZEICHEN

Anzeichen : Roter Kopf oder Gesichtsrötung,
Schläfrigkeit, schwitzen, kalter Schweiß,...

1) **Lege** ihn an einen **ruhigen** Ort, ohne ihn viel zuzudecken.

2) **Beruhige** ihn, **spreche** mit ihm.

3) **Kühle ihm :**

- die Schläfen, den Hals, die Stirn,.....
- Zimmertemperatur

4) **Biete** ihm zu **trinken** an.

5) **Überwache** die **Temperatur**.

6) **Beachte aufmerksam** die Reaktionen des Kranken.

Übergib ihn dem **Arzt**, wenn :

- ➔ das Fieber länger als 30 Minuten dauert
- ➔ wenn sich sein Zustand verschlechtert.

Während du auf den Arzt wartest, kannst du, **mit seinem Einverständnis**, Paracetamol nach **seinen Anweisungen** verabreichen.

FIÈVRE TEMPERATURE

TEMPÉRATURE CORPORELLE SUPÉRIEURE À 38°

AVOIR DE LA FIÈVRE N'EST PAS ANODIN.

SOIS-Y ATTENTIF ET SUSPECTE-LA AU 1^{ER} SIGNE REPÉRABLE.

Signe repérable : rougeur au visage ou visage rouge,
somnolence, transpiration, sueur froide, ...

1) Mets la victime au **repos, au calme**, sans trop la couvrir.

2) **Rassure-la, réconforte-la. Parle-lui.**

3) **Rafrâchis** :

- tempes, cou, front,...

- air ambiant

4) **Propose-lui à boire.**

5) **Surveille sa température.**

6) **Reste attentif** aux réactions de la victime.

Passer le relais au **médecin** si :

- ➔ la température persiste au-delà de 30 min

- ➔ son état s'aggrave.

Dans l'attente du médecin et **avec son accord**, administre-lui le paracétamol **selon ses directives**.

HYPOTHERMIE

FALLEN DER KÖRPERTEMPERATUR UNTER 35°.

VERMUTE SIE BEIM ERSTEN MÖGLICHEN ANZEICHEN

Anzeichen : zittern, blaue Lippen und (oder blaue Fingerkuppen, Taubheitsgefühl,....

- 1) **Beruhige** ihn, und **spreche** mit ihm.
- 2) **Isoliere** ihn von der Kälte, vom Boden, vom Wind,.....
- 3) **Ziehe** ihm evtl. nasse Kleidung aus und ersetze sie durch trockene warme Kleidung.
- 4) **Wärme** ihn langsam wieder auf.
- 5) Benutze die Überlebensdecke.
- 6) Gib ihm warme gezuckerte Getränke ohne Alkohol.

Rufe den **Arzt** oder die Notrufzentrale **112**, wenn

➔ keine Besserung eintritt

HYPOTHERMIE

ABAISSEMENT DE LA TEMPÉRATURE DU CORPS AU-DESSOUS DE LA NORMALE (EN DESSOUS DE 35°). SUSPECTE-LA AU 1ER SIGNE REPÉRABLE.

Signes repérables : frissons, lèvres et/ou bouts des doigts bleus, engourdissement,...

- 1) **Rassure et reconforte** la victime. **Parle**-lui.
- 2) **Isole**-la du **froid**, du sol, de l'**humidité**, du vent,...
- 3) **Retire** ses éventuels **vêtements mouillés** et remplace-les par d'autres chauds et secs.
- 4) **Réchauffe**-la **progressivement**.
- 5) Utilise la **couverture de survie**.
- 6) Donne-lui une **boisson chaude, sucrée et non-alcoolisée**.

Appelle le **médecin** ou le 112 si

➔ absence d'amélioration.

ERFRIEREN

=Verbrennung durch Kälte

- 1) **Beruhige** und **unterstütze** das Opfer. **Spreche** mit ihm.
- 2) **Entferne** ihn aus der **Kälte** und **ziehe** ihm eventuelle **nasse Kleidung** aus.
- 3) **Erwärme langsam** die erfrorenen Körperstellen und **bedecke das** Opfer mit einer **Rettungsdecke**.
- 4) **Vermeide** die gefrorenen Körperstellen **zu massieren**.

Rufe den **Arzt** oder die Notrufzentrale 112, wenn **Blasen** auftreten oder wenn die Haut grau wird oder

! Wenn die Körpertemperatur sich viel verändert oder wenn das Opfer Fieber bekommt, kannst du die Merkblätter über Fieber (S. 22) oder Hypothermie (S. 23) nachlesen.

GELURE

=brûlure par le froid souvent aux extrémités

- 1) **Rassure et réconforte** la victime. **Parle-lui**.
- 2) **Isole-la du froid** et retire ses éventuels **vêtements mouillés**.
- 3) **Réchauffe progressivement** la partie concernée et **couvre** la victime avec une **couverture de survie**.
- 4) **Evite de frotter** la partie gelée.

Passer le relais au **médecin** et/ou aux secours (112) si des **cloques** apparaissent ou si la peau devient grise et cartonnée (brûlures du 2ème et 3ème degrés).

! En cas de variation importante de la température corporelle ou en cas d'état fébrile, consultez la fiche fièvre (page 22) ou hypothermie (page 23).

VERLETZUNG EINER GLIEDMASSE oder EINES GELENKES

(Knochenbruch, Verstauchung, Verrenkung ...)

- 1) **Beruhige und tröste** das Opfer. **Sprich** mit ihm.
- 2) **Vermeide jeden unnötigen Handgriff**
 - Lockere die Schnürsenkel. Zieh den Schuh nicht aus.
- 3) **Bevorzuge Ruhighaltung vor Ruhigstellung.**
 - Gliedmasse nicht bewegen und nicht ruhigstellen.
- 4) **Kälteanwendung** während maximal **20 Minuten** (eingepackte Eiswürfel oder eingewickelte Cold Pack).
 - dies bewirkt teilweise einen Rückgang der Schwellung und eine Minderung der Schmerzen.

Rufe einen **Arzt**, falls

➔ die Schmerzen anhalten

➔ Schwellung

und/oder

➔ Blutergussbildung

➔ Deformierung

TRAUMATISME D'UN MEMBRE ou D'UNE ARTICULATION (cassure, entorse, luxation,...)

- 1) **Rassure, réconforte** la victime. **Parle**-lui.
- 2) **Evite toute manipulation inutile.**
 - Desserre les lacets mais évite d'ôter la chaussure.
- 3) **Préfère l'immobilité à l'immobilisation.**
 - Evite de bouger le membre et de le bloquer.
- 4) **Applique du froid** (glaçons protégés ou cold pack protégé) pendant **10 min** (si elle le supporte).
 - Cela réduira en partie le gonflement et diminuera la douleur.

Passe le relais au **médecin** si

- ➔ la douleur persiste
- ➔ gonflement
- et/ou
- ➔ bleuissement
- ➔ déformation

EINGEKLEMMTER ODER ZERQUETSCHTER FINGER

- 1) **Beruhige, tröste** die Person. **Sprich** mit ihr.
- 2) Kühle die eingeklemmte oder zerquetschte Stelle +- 10 Minuten mit **Wasser**.
- 3) Trage sehr behutsam eine "Arnikaalbe" auf, wenn keine Wunde vorhanden ist.
- 4) Schütze mit einer **sterilen Kompresse** ohne fest anzubinden.

Verständige einen **Arzt**, wenn die Person folgende Anzeichen hat:

- ➔ Problem, den Finger zu bewegen.
- ➔ Eine Schwellung.
- ➔ Blauer Fleck

und / oder

- ➔ anhaltende Schmerzen,
- ➔ Fehlstellung

DOIGT COINCE OU ECRASE

- 1) **Rassure, réconforte** la victime, **parle**-lui.
- 2) Passe la région coincée ou écrasée sous **l'eau froide** pendant une dizaine de min.
- 3) Applique (**sans masser**) de la pommade à base d'arnica s'il n'y a pas de plaie.
- 4) Protège avec une **compresse stérile**, sans la serrer.

Passe le relais au **médecin** si la victime présente

- une difficulté à bouger le membre
 - un gonflement
 - un bleuissement
- et/ou
- une douleur persistante
 - une déformation

SCHNITTWUNDE

Oberflächliche Schnittwunde

- 1) **Beruhige, tröste** die Person.
- 2) **Pflege** die Schnittwunde wie eine oberflächliche **Wunde**.
(Siehe Seite 28).

Schwere Schnittwunde (tief oder starkblutend).

- 1) **Beruhige, tröste** die Person. **Sprich** mit ihr.
- 2) **Rufe** den Arzt oder / und 112.
- 3) **Wärme** die Person mit einer **Decke**.
- 4) **Wenn die Wunde blutet, drücke** die Schnittwunde (**min. 10 Minuten** ohne Halt) mit einem **Druckverband** oder einem sauberen Stofftuch bis zum Eintreffen der Nothilfe.

Übergib die Arbeit den **Nothelfern**.

COUPURE

Coupure superficielle

- 1) **Rassure et réconforte** la victime.
- 2) **Soigne**-la comme une **plaie** superficielle (voir page 28).

Coupure grave (profonde ou qui continue à saigner).

- 1) **Rassure et réconforte** la victime. **Parle**-lui.
- 2) **Appelle** le médecin et/ou le 112.
- 3) **Couvre** la victime.
- 4) **Si elle saigne**, **comprime** la coupure (min **10 min** sans t'arrêter) avec un **pansement compressif** ou un linge propre jusqu'à l'arrivée des secours.

Passer le relais au **médecin** et/ou aux secours (112).

OBERFLÄCHLICHE WUNDE SCHÜRFWUNDE

- 1) Beruhige, tröste die Person. Bringe sie in Sitzposition.
- 2) Wasch deine Hände und lege dein Material zusammen.
- 3) Ziehe Handschuhe an zu deinem Schutz (Krankheitsübertragung).
- 4) Spüle die Wunde unter fließendem Wasser.
- 5) Trockne die Wunde mit einer sterilen Kompresse.
- 6) Bedecke mit einem Schutzverband oder belass die Wunde an der Luft.
- 7) Überprüfe das Datum der letzten Tetanusimpfung in der Krankenakte.
- 8) Beobachte die Wundheilung und wechsle jeden Tag den Verband.

Verständige den Arzt, wenn

- die Wunde grossflächig, tief oder beschmutzt ist.
- -die Tetanusimpfung fehlt oder überfällig ist
- -die Wunde sich entzündet (siehe Seite 29).

BEMERKUNG : BENUTZE EIN DESINFektionsMITTEL, WENN

- KEIN WASSER VORHANDEN IST,
- KONTAKT MIT EINEM POTENTIELL KONTAMINIERTEN GEGENSTAND WAR (STEINE, ERDE, DRECK,)
- DIE PERSON DIABETIKER (ZUCKERKRANK) ODER IMMUNGESCHWÄCHT IST.

! Benutze immer das gleiche Desinfektionsmittel und informiere dich ob die Person eine Allergie hat.

PLAIE SUPERFICIELLE ERAFLURE

- 1) **Rassure, réconforte** la victime et fais-la **asseoir**.
- 2) **Lave**-toi les mains et **prépare** ton matériel.
- 3) **Mets des gants** pour te protéger (transmission des maladies).
- 4) **Rince** la plaie à l'**eau courante**.
- 5) **Sèche** les **contours** avec une **compresse stérile**.
- 6) **Couvre** avec 1 pansement protecteur ou laisse à l'air.
- 7) **Vérifie** la date du dernier **vaccin tétanos** (fiche santé).
- 8) **Surveille** l'évolution et change le pansement tous les jours.

Passer le relais au **médecin** si

- la plaie est étendue, profonde et/ou souillée ;
- la vaccination tétanos n'est pas ou plus valide ;
- la plaie s'infecte (voir page 29).

REMARQUE :

UTILISER UN ANTISEPTIQUE SUR LA PLAIE SI

- ABSENCE D'EAU ;
- CONTACT AVEC UN OBJET POTENTIELLEMENT CONTAMINÉ (GRAISSE, TERRE, DÉCHET, GRAVILLONS...) ;
- LA VICTIME EST DIABÉTIQUE, IMMUNO-DÉFICIENTE, ...

! *Utilise toujours le même produit et renseigne-toi sur une éventuelle allergie.*

ANZEICHEN EINER WUNDENTZÜNDUNG

- 1) Rötung (um die Wunde)
 - 2) Schmerz
und / oder
 - 3) Schwellung.
 - 4) Lokale Hitze oder Fieber.
 - 5) Eiterbildung
- Rufe** den Arzt.

SIGNES D'INFECTION D'UNE PLAIE

- 1) Rougeur (autour de la plaie)
- 2) Douleur
- et/ou
- 3) Gonflement
- 4) Chaleur locale ou générale (fièvre)
- 5) Pus

Appelle le médecin.

BISSWUNDE

von Mensch oder Tier

- 1) **Beruhige** und **tröste** die Person.
- 2) **Spüle** die Wunde **sofort** unter **fliessendem** kalten **Wasser**.
- 3) Bei einer **Blutung** lege eventuell einen **Druckverband** für **10 Minuten** an.
- 4) **Rufe** den Arzt.

Bisswunden sind schwere Wunden mit einem großen Entzündungsrisiko.
- 5) **Bedecke** die Wunde.

MORSURE

humaine ou animale

- 1) **Rassure et réconforte** la victime.
- 2) **Rince** la blessure **immédiatement** sous une source d'**eau froide**.
- 3) **Compresse** l'éventuel **saignement pendant minimum 10 min**, à l'aide d'un **pansement compressif**.
- 4) **Appelle** le médecin.

Les morsures sont des plaies graves avec un risque élevé d'infection.

- 5) **Couvre** la blessure.

INSEKTENSTICH

Biene, Wespe oder Bremse

- 1) **Ermutige, tröste** und **beruhige** das Opfer.
- 2) **Falls** der **Stachel** sich noch **in** der **Wunde** befindet, so **entferne** ihn **langsam** mit Hilfe einer **Kosmetikpinzette** (ohne die Giftblase zu zerdrücken) oder mit Hilfe eines **desinfizierten Giftsaugers**.
- 3) **Spüle** unter klarem Wasser
- 4) **Frage** das Opfer, ob es bereits eine **allergische Reaktion** infolge eines Insektenstiches erlitten habe (Schwellung, Atemnot, ...). Überprüfe im individuellen Gesundheitsbogen ob bekannte **Allergien** vorliegen (und verständige notfalls den Arzt).
- 5) **Kälteanwendung. Behandle** wie eine Wunde (siehe Seite 28). Falls notwendig, trage eine Arnikasalbe (Typ Calendula) auf. Dies **lindert** die Schmerzen.
- 6) Falls der Zustand des Betroffenen sich verschlechtert (Schwellung, Atemnot...), dann verständige den **Arzt**.

Notruf 112 bei

- ⇒ Insektenstich im Mund oder im Rachen wegen Erstickungsgefahr. Gebe dem Opfer Eiswürfel zu lutschen, bis der Rettungsdienst kommt.
- ! *Weitere Insektenarten können schwere allergische Reaktionen hervorrufen. Verständige einen Arzt.*

PIQURE D'INSECTE

Abeille, guêpe ou taon

- 1) **Rassure, réconforte** et **calme** la victime.
- 2) Si le **dard** est toujours **dans** la **plaie**, **retire-le doucement** à l'aide d'une **pince à épiler** (sans écraser la poche à venin) ou d'un **aspi-venin désinfecté**.
- 3) **Rince** à l'eau claire.
- 4) **Demande**-lui si elle a déjà eu une **réaction** après une piqûre (gonflement, difficultés à respirer,...). Vérifie aussi dans sa fiche santé si elle n'a pas d'**allergie** connue (et appelle le médecin si nécessaire).
- 5) Applique du **froid** et **traite** comme une plaie (voir page 28).
En cas de nécessité, utilise une pommade à base d'arnica (de type calendula) pour **apaiser** la douleur.
- 6) Passe le relais au **médecin** si son état s'aggrave (gonflement, respiration difficile ...).

Appelle les secours (112) si

⇒ piqûre dans la **bouche** ou la **gorge**, fais **sucer** des **glaçons** jusqu'à l'arrivée des secours.

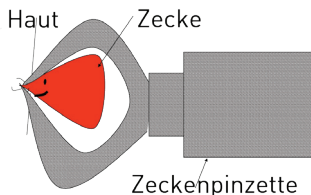
! *D'autres types d'insectes peuvent provoquer de fortes réactions allergiques. Passe le relais à un médecin.*

ZECKEN

DIE ZECKE ERNÄHRT SICH VON BLUT. NACH JEDEM AUSFLUG (AUF DEM LANDE, IM WALD) KONTROLLIERE DIE HAUT ALLER BETEILIGTEN.

- 1) Beruhige und tröste das Opfer. Sprich mit ihm.
- 2) Entferne die Zecke vorsichtig (mit einer Zecken- oder Kosmetikpinzette)

Benutze kein Äther. Die Zecke wird durch dieses Mittel eingeschläfert und gestresst. Es besteht das Risiko, dass sie dadurch toxische Substanzen freisetzt, welche Krankheitserreger enthalten.



- 3) Behandle die Zeckenbissstelle wie eine Wunde (siehe Seite 28).

! Schreibe das Datum auf und markiere die Bissstelle (mit einem wischfesten Stift).

Verständige einen Arzt falls

- ➔ es dir nicht gelingt alle Zeckenteile zu entfernen
- ➔ falls in den folgenden Tagen ein roter Fleck oder Ring an der Bissstelle oder in dessen Nähe, entsteht (manchmal 15 Tage bis 3 Wochen nach dem Biss).

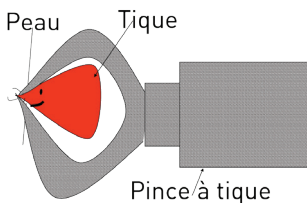
! *Informiere immer die Eltern: Es besteht das Risiko der Lyme-Krankheit, welche sich innerhalb von 3 Monaten nach dem Zeckenbiss manifestieren kann. Diese Erkrankung führt zu grippeähnlichen Symptomen und/oder Gelenkschmerzen. Komplikationen können folgen (neurologische, ...).*

TIQUE

LA TIQUE SE NOURRIT DE SANG. CONTRÔLE LA PEAU DES PARTICIPANTS APRÈS CHAQUE SORTIE (CAMPAGNE, BOIS,...).

- 1) **Rassure, réconforte** la victime. **Parle-lui**.
- 2) **Extrais délicatement** la tique (**pince à tique ou pince à épiler**).

N'utilise **pas** d'**éther**, cela endort la tique. **Stressée** par le produit, la tique risque de **libérer la substance toxique** porteuse d'une maladie.



- 3) **Traite** comme une **plaie** (voir page 28).

! *Note la date et marque le lieu de la piqûre (avec un marqueur indélébile).*

Passe le relais au **médecin** si

- ➔ tu ne **parviens pas à tout enlever** ;
- ➔ une **tache rouge apparaît à l'endroit ou à proximité** de la morsure dans les jours qui suivent (parfois 15 jours à 3 semaines).

! *Informe toujours les parents sur le risque de contracter la maladie de Lyme dans les 3 mois : cette maladie donne des symptômes grippaux et/ou articulaires et peut entraîner des complications (neurologiques, ...).*

LÄUSE

SIE ERNÄHREN SICH VON BLUT UND VERURSACHEN JUCKREIZ.

- ! Hygienemangel ist nicht die Ursache. Achte darauf, dass das Kind nicht ausgeschlossen wird. (Läuse springen nicht!).
- ! Erhöhte Ansteckungsgefahr: Denke daran die Bettwäsche zu wechseln und bei 60 Grad zu waschen. Reinige Haarbürsten und Kämmе.

- 1) **Überprüfe** die **Kopfhaut aller Kinder**.
- 2) **Lokalisiere** die **Nissen** und/oder die **Läuse** an den **wärmsten Stellen** der Kopfhaut: **Nacken, hinter den Ohren**.
- 3) **Entferne die Läuse**, indem du die angefeuchten Haare unter einem Waschbecken oder auf ein weisses Blatt auskämmst. Benutze dabei lauwarmes Essigwasser.

POUX

SE NOURRISSENT DE SANG, PROVOQUENT DES DÉMANGEAISONS.

- ! Il ne provient pas d'un manque d'hygiène. Veille à ce que l'enfant ne soit pas rejeté (le poux ne saute pas !).
- ! Risque élevé de contagion : pense à changer et laver la literie (à 60°) et nettoie les brosses et peignes à cheveux.

- 1) **Vérifie le cuir chevelu de tous les enfants.**
- 2) **Repère les lentes et/ou les poux aux endroits les plus chauds** de la tête : **nuque, derrière les oreilles.**
- 3) **Retire les poux en** *peignant les cheveux humidifiés à l'eau tiède vinaigrée au-dessus du lavabo ou d'une feuille blanche.*
- 4) **Prévient les parents ou, lors d'un séjour, achète un produit en pharmacie.**
! Ces produits ne sont pas préventifs, ils ne servent qu'aux enfants atteints.

Applique-le régulièrement (en suivant la notice) et **passe le peigne à poux. Nettoie-le** après chaque usage.

STAUB IM AUGE

- 1) **Beruhige** und **tröste** das Opfer. **Sprich** mit ihm.
- 2) **Vermeide** die Augen **zu reiben** oder ins Auge zu **blasen**.
Dabei besteht das Risiko die Hornhaut zu beschädigen und Mikroben einzuschleppen.
- 3) **Spüle das Auge vorsichtig** mit **Trinkwasser** aus (benutze am besten eine Flasche mit einem Sportverschluss) oder, besser, **physiologische Kochsalzlösung**.
! Die Augenlider müssen offen sein.
- 4) Das Wasser muss **von innen nach aussen** laufen (in Richtung Ohr).

Rufe einen **Arzt**, falls die **Reizung anhält** (mehr als 10 Minuten).

POUSSIÈRE DANS L'ŒIL

1) **Rassure et reconforte** la victime. **Parle-lui**.

2) **Evite de frotter** et de **souffler** dans l'œil.

Cela risque d'abîmer la cornée ou d'y introduire des microbes.

3) **Rince doucement l'œil** avec de l'**eau potable** (utilise idéalement une bouteille avec un bouchon sport) ou, mieux, avec du **sérum physiologique**.

! Les paupières doivent être **ouvertes**.

4) L'eau doit couler **de l'intérieur** de l'œil **vers l'extérieur** (vers l'oreille).

5) Laisse l'**œil au repos**.

Passe le relais au **médecin** si l'**irritation persiste** (au-delà de 10 min).

WICHTIGE TELEFONNUMMERN für Luxemburg

EUROPÄISCHE NOTFALLNUMMER 112

VERGIFTUNGS-INFORMATIONEN-ZENTRALE FÜR LUXEMBURG

BELGIEN

0032 (0) 70 245 245

DEUTSCHLAND

0049 (0) 6131 19240

POLIZEI 113

NOTDIENST APOTHEKEN

WWW.PHARMACIE.LU

ÄRZTLICHER BEREITSCHAFTSDIENST (AUSKUNFTSNUMMER) 112

KANNER JUGEND TELEFON 116111

TELEFONNUMMER DEINER ORGANISATION

NUMEROS DE TELEPHONE UTILES pour le Luxembourg

APPEL D'URGENCE EUROPÉEN 112

CENTRE ANTIPOISONS
BELGIQUE 0032 (0) 70 245 245
ALLEMAGNE 0049 (0) 6131 19240

POLICE 113

PHARMACIE DE GARDE WWW.PHARMACIE.LU

MÉDECIN DE GARDE 112

KANNER JUGEND TELEFON (ÉCOUTE ENFANCE) 116111

NUMÉRO DE TON ORGANISATION

DANKSAGUNGEN

Wir danken allen Personen, welche an der Ausarbeitung dieses Handbuches mitgewirkt haben, im Besonderen:

Carine Dupont für die Entwicklung und Redaktion dieses Dokumentes.

„ICC“ (Institut Central des Cadres), „les Patros“, „les Scouts“, „les Stations Plein Air“, „les GCB“, „Jeunesse et Santé“ für ihre aktive Mitwirkung an der Konkretisierung dieses Projektes.

Prof. Dr. S. Clément de Cléty (Pädiatrischer Intensivmediziner, Oberarzt, Pädiatrische Notfall- und Intensivmedizin, Universitätskliniken Saint-Luc, Brüssel) für sein Korrekturlesen, seine medizinische Begutachtung.

Prof. Dr. D. Biarent, (Pädiatrischer Intensivmediziner, Oberarzt, Pädiatrische Notfall- und Intensivmedizin, Universitätskinderklinik Reine Fabiola, Brüssel) für seine medizinische Begutachtung.

Grafische Gestaltung und Layout: Anne Gason

Das Rote Kreuz lehnt jede Haftung ab für jeden Folgeschaden, der aus der Benutzung der Gesamt- oder der Teilinformationen, welche in diesem Dokument enthalten sind und übernimmt keine ausdrückliche oder implizite Ergebnisverpflichtung..

©Jeder Nachdruck dieses Dokumentes, ganz oder teilweise, durch welches Verfahren es auch sei, bedarf der schriftlichen Zustimmung des belgischen Roten Kreuzes und des Jugendrotkreuzes.

REMERCIEMENTS

Nous remercions toutes les personnes qui ont participé à l'élaboration de cette brochure et plus particulièrement :

Carine Dupont pour la conception et la rédaction de ce document.

L'ICC (Institut Central des Cadres), les Patros, les Scouts, les Stations de Plein Air, les GCB et Jeunesse et Santé pour leur participation active à la concrétisation de ce projet.

Le Professeur S. Clément de Cléty (Pédiatre intensiviste, Chef de Clinique, Urgences et Soins intensifs pédiatriques, Cliniques universitaires Saint-Luc, Bruxelles) pour sa relecture et son expertise médicale.

Le Professeur D. Biarent, (Pédiatre intensiviste, Chef de Clinique, urgences et soins intensifs, Hôpital universitaire des Enfants Reine Fabiola, Bruxelles) pour son expertise médicale.

Sylvie Libotte pour sa relecture.

Graphisme et mise en page : Anne Gason

La Croix-Rouge décline toute responsabilité pour tout dommage consécutif à l'utilisation de tout ou partie des informations contenues dans ce document, ainsi qu'elle ne donne aucune garantie de résultat exprimée ou implicite.

©Toute reproduction quelconque de ce document, même partiellement, par quelque procédé que ce soit, est soumise à l'autorisation écrite de la Croix-Rouge de Belgique et de la Croix-Rouge Jeunesse.



www.croix-rouge.be