

# PREMIERS SOINS

**RASSURER, ISOLER, NE PAS MINIMISER, NE PAS DRAMATISER, RESTER VIGILANT**

## CONSIGNES GÉNÉRALES

### SE LAVÉR LES MAINS AVANT ET APRÈS CHAQUE SOIN

Utiliser de l'eau et du savon liquide  
(distributeur de préférence)  
Sécher les mains avec une serviette à usage unique  
(distributeur de préférence)

### PORTER DES GANTS JETABLES EN CAS DE SAIGNEMENT

### NE PAS UTILISER

Le coton parce qu'il adhère à la plaie  
Les désinfectants colorés car ils masquent la plaie

### DÉSINFECTER TOUTES LES SURFACES ET LE MATÉRIEL AYANT ÉTÉ EN CONTACT AVEC DU SANG

Eau de javel diluée au dixième  
Laisser agir pendant 10 minutes puis rincer



## CONSEILS TECHNIQUES

### PLAIE SIMPLE

Nettoyer la plaie à l'eau et au savon puis l'assécher avec une compresse purifiée  
Appliquer un désinfectant « Hexomédine » au millième avec compresse  
Mettre un pansement si besoin

### SAIGNEMENT DE NEZ

Faire moucher l'enfant. Appuyer fortement sur les deux narines, élève assis, tête légèrement penchée en avant jusqu'à l'arrêt du saignement au moins pendant 5 minutes

### CONTUSION SIMPLE SANS PLAIE

Poser un coussin réfrigérant ou un sac de glace, entouré d'un linge propre sur le point douloureux

### BRÛLURE SIMPLE

Faire ruisseler de l'eau du robinet sur la blessure pendant 5 minutes

### PIQÛRE D'INSECTE

Désinfecter et refroidir (si allergie ou piqûre à l'intérieur)

**AU MOINDRE DOUTE, DEMANDER CONSEIL AU SAMU (15)**