

Le rhétoricien devrait savoir réanimer

SANTÉ Une association de cardiologues lance un appel à la ministre de l'Éducation

- Mille Belges victimes d'un arrêt cardiaque échappent chaque année à la mort grâce à des gestes précis.
- On pourrait doubler ce chiffre en formant tous les écoliers en fin de secondaire, affirme la BeHRA.

J'ai appelé Tracy pour qu'elle vienne manger. Puis je l'ai entendue tomber lourdement. Je me suis précipitée vers elle et j'ai vite compris que c'était grave : elle ne respirait plus et elle virait au bleu, » se souvient sa mère, Kathy (51 ans), encore tout émue. La scène se déroule à Charleroi le 17 décembre dernier. La jeune femme (20 ans) est en arrêt cardiaque. Si Kathy, formée à la réanimation, n'avait pas posé les gestes qui sauvent, Tracy serait venue gonfler les funestes statistiques : chaque année, environ 10.000 Belges décèdent d'un arrêt soudain du cœur qualifié de « mort subite ». Cette pathologie constitue la première cause de mortalité naturelle. Elle tue plus que le sida, le cancer du sein et le cancer du poumon réunis.

Les survivants comme Tracy ? A peine 10 petits pourcents des personnes en arrêt cardiaque. Sur les 30 personnes qui sont victimes chaque jour de ce phénomène imprévisible, seules deux survivent, faute de réaction adéquate des témoins. Faites le compte : cela re-

présente 1.000 personnes. « Nous pourrions facilement sauver 1.000 victimes de plus », assure le Dr Ivan Blankoff, cardiologue au CHU de Charleroi et vice-président de la Belgian Heart Rhythm Association (BeHRA).

« Les pouvoirs publics surestiment les besoins nécessaires pour former les élèves » Dr IVAN BLANKOFF

L'association de cardiologues affirme que la Belgique peut doubler son nombre de survivants en se basant une enquête qu'elle a menée auprès de 3.781 personnes en janvier dernier. Il en ressort que 34 % des répondants ont suivi une formation aux premiers secours et que 60 % oseraient utiliser un défibrillateur automatique. Des chiffres beaucoup trop bas, dénonce la BeHRA.

« Au Danemark, quasi 100 % de la population est formée à la réanimation car cela fait partie du cursus scolaire, explique le Dr Yves Vandekerckhove de l'AZ Sint-Jan de Bruges et président de la BeHRA. Et c'est payant ! Une étude scientifique vient de démontrer que dans ce pays proche du nôtre, le pourcentage de survivants à un arrêt cardiaque est passé en 10 ans de 4 à 12 %. Et les réanimés s'en sortent en général en bon état cérébral. »

Le Dr Blankoff enchaîne : « Qu'est-ce que nous attendons pour former tous nos élèves ? Cela ne nécessiterait que deux heures de cours : une en 5^e et une autre en 6^e secondaire. Le coût en matériel de formation à la réanimation pour équiper une école entière n'est que de

250 euros. C'est dérisoire par rapport aux centaines supplémentaires de vies que l'on pourrait sauver chaque année. » L'association espère enfin lever les appréhensions des pouvoirs publics sur le coût de ces formations. « Ils surestiment les besoins nécessaires », regrette Ivan Blankoff qui espère décrocher un rendez-vous avec Marie-Martine Schyns, ministre francophone de l'Éducation et lui donner « un électrochoc pour enfin faire avancer la situation déplorable de la Belgique au regard d'autres États membres de l'Union européenne. »

Une prise de conscience, du grand public cette fois, c'est ce que Kathy appelle de tous ses vœux. « Les gens entendent des histoires terribles comme la mienne et celle de ma fille. Mais ça ne semble pas suffire à leur donner envie de se former à la réanimation. Ils se disent que les arrêts cardiaques, ça n'arrive qu'aux autres... » Jan, 60 ans, fait partie de ces « autres ». « Il y a 3 ans, à Pâques, mon cœur s'est arrêté de battre dans le TGV entre Lille et Paris. Une dame m'a sauvé la vie en me prodiguant les premiers soins. À l'hôpital, on m'a surnommé le "ressuscité" vu la période pascale », sourit-il. Depuis, il se démène à son échelle pour sensibiliser le maximum de gens possible à la réanimation.

La BeHRA, elle, consacre sa 8^e Semaine du rythme cardiaque, du 29 mai au 2 juin, à la mort subite avec une série d'animations et d'initiations gratuites, là où tout se joue pour l'avenir : les écoles. ■

JULIEN BOSSELER

LE SOIR - 17/05/17

Trois gestes pour sauver une vie



Étape 1

Masser le cœur

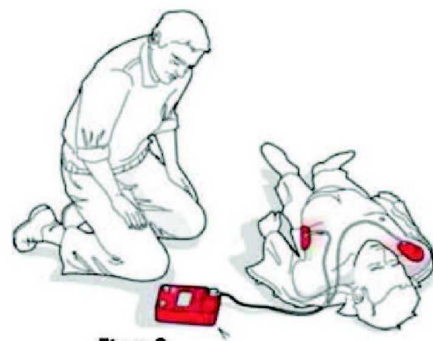
Après avoir constaté l'arrêt respiratoire et cardiaque, appelé les secours (112) et chargé quelqu'un de trouver un défibrillateur automatique, on entame le massage à raison de 100 à 120 compressions par minutes (un peu plus rapide que le rythme de la chanson Staying Alive) dans la région du cœur, à côté du sternum, près du mamelon gauche. On le pratique avec les doigts croisés et les bras tendus. Ce sont le dos et les épaules qui travaillent. Vu l'intensité de l'effort, mieux vaut se relayer.



Étape 2

Pratiquer le bouche-à-bouche

Toutes les 30 compressions cardiaques, on s'arrête pour insuffler à deux reprises de l'air dans les poumons de la victime par la bouche, en collant bien ses lèvres aux siennes. Il faut profondément inspirer avant de pratiquer ce geste et aussi penser à relever le menton de la personne et à bien pincer son nez (sinon, l'air s'échappe par les narines).



Étape 3

Placer un défibrillateur

Le massage cardiaque ne permet d'assurer que 15 % du débit normal du cœur. Pour faire repartir celui-ci et assurer la survie de la personne, il est nécessaire de lui donner un choc électrique, dans le quart d'heure qui suit l'arrêt. Avant l'arrivée des secours, il est donc salutaire de recourir à un défibrillateur externe automatique (Automatic External Defibrillator ou AED en anglais) disponible dans de nombreux lieux publics. L'appareil donne des instructions vocales. On doit dévêtir le torse de la victime et lui coller deux électrodes sur le thorax, selon le schéma indiqué. Après analyse de l'état de la personne, l'AED lui envoie une impulsion de 150 à 200 joules. On aura préalablement retiré ses mains pour éviter de recevoir soi-même la décharge. Si la victime n'a toujours pas repris conscience, on poursuit le massage cardiaque et le bouche-à-bouche jusqu'à l'arrivée des secours.