

LA POSITION LATÉRALE DE SÉCURITÉ

Mettre une personne en Position Latérale de Sécurité (P.L.S) peut sauver des vies, car elle empêche une victime inconsciente de s'étouffer avec sa propre langue ou en vomissant. Elle permet à tout liquide (salive, sang, vomissement) de s'écouler pas la bouche sans venir obstruer les voies respiratoires. Si tu remarques qu'une personne inconsciente respire, ne jamais la laisser sur le dos !!

1

Avant de mettre une personne en Position latérale de sécurité (PLS), il faut vérifier qu'elle soit inconsciente sur le dos mais qu'elle respire toujours normalement. Desserrer le col, la cravate ou la ceinture.

Si elle porte des lunettes, commencer par les lui retirer. Basculer prudemment la tête de la victime en arrière, tout en contrôlant qu'elle respire (le ventre et le thorax se soulèvent ...!)



2



Tout d'abord, il faut se positionner à côté (ici à droite) de la personne étendue et vérifier que vous êtes bien stable sur vos deux genoux. Une fois bien installé, prendre, avec ta main gauche, celle de la victime. Appliquer le dos de sa main contre son oreille droite.

3

Ensuite, tout en maintenant la pression contre cette main gauche, relever, avec ta main droite, la jambe gauche de la personne inconsciente. Puis en appuyant sur son genou gauche, la victime va automatiquement se tourner sur le côté droit grâce à un système de balancier





4

Après avoir délicatement retiré votre main gauche, de sous la tête de la victime, ajuster sa jambe gauche.

5

Afin d'éviter que la victime ne perde l'équilibre, le genou gauche doit former un angle droit entre le tibia et la cuisse. Une fois que la personne est en PLS, entrouvrir délicatement sa bouche pour permettre l'écoulement d'éventuels liquides vers l'extérieur et continuer à vérifier régulièrement sa respiration. Enfin, une fois sécurisé appeler les secours.

