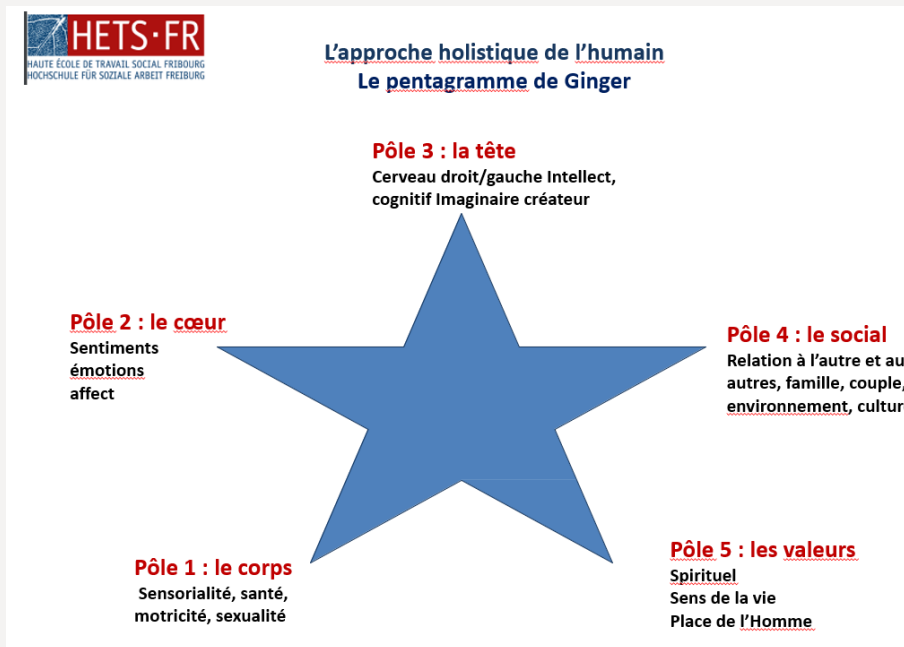


Compétences visées et ancrage

Evaluer ses **propres ressources** et **ses limites** dans les dimensions cognitives, émotionnelles, corporelles et sociales, et identifier **ses besoins** en matière de **professionnalisation**. (Plan d'études cadre 2020)

Être complexe : La polymorbidité, les situations complexes, les intervenants multiples, le rapport de soi à l'Autre et l'Autre sur soi.



Organisation - Planification

| Ateliers 14 et 15 : Prendre soin de l'autre Les gestes de 1 ^{ers} secours et sensibilisation à la pharmacologie 22 mai 2026 | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|
| 08 :55 – 09 :10 | Introduction (dans les salles respectives du 1 ^{er} atelier) 22 mai 2026 | | | | |
| | Intro à la pharmacologie 1 BME Salle 0.08 | Atelier Plaie aigue, dermabrasion et brûlure YNO Salle 3.20 | Atelier Crise d'épilepsie et chute-TC APA-AVE Salle 1.28/1.29 | Atelier BLS-AED JMV-PMT Salle 1.26/1.27 | Atelier Broncho aspiration/ Dysphagie GME Salle 3.23 |
| 09 :10 – 09 :50 | Groupe 1 a-b-c-d | Groupe 2a | Groupe 2b | Groupe 2c | Groupe 2d |
| 09 :50 – 10 :30 | Groupe 1 a-b-c-d | Groupe 2b | Groupe 2c | Groupe 2d | Groupe 2a |
| 10 :30 – 11 :00 | Pause matin | | | | |
| 11 :00 – 11 :40 | Groupe 2 a-b-c-d | Groupe 1a | Groupe 1b | Groupe 1c | Groupe 1d |
| 11 :40 – 12 :20 | Groupe 2 a-b-c-d | Groupe 1b | Groupe 1c | Groupe 1d | Groupe 1a |
| 12 :20 – 13 :20 | Pause midi | | | | |

Organisation - Planification

| | Intro à la pharmacologie 2... | Atelier Plaie aigue, dermabrasion et brûlure | Atelier Crise d'épilepsie et chute-TC | Atelier BLS-AED | Atelier Broncho aspiration/ Fausse-route/ Dysphagie |
|------------------------------|---|---|--|-------------------------------------|--|
| | BME Salle 0.08 | YNO Salle 3.20 | APA-AVE Salle 1.28/1.29 | JMV-PMT Salle 1.26 /1.27 | GME Salle 3.23 |
| 13 : 20 – 14 : 00 | Groupe 1 a-b-c-d | Groupe 2c | Groupe 2d | Groupe 2a | Groupe 2b |
| 14 :00 – 14 :40 | Groupe 1 a-b-c-d | Groupe 2d | Groupe 2a | Groupe 2b | Groupe 2c |
| 14 :40 – 15 :10 | Pause après-midi | | | | |
| 15 :10 – 15 :50 | Groupe 2 a-b-c-d | Groupe 1c | Groupe 1d | Groupe 1a | Groupe 1b |
| 15 :50 – 16 :30 | Groupe 2 a-b-c-d | Groupe 1d | Groupe 1a | Groupe 1b | Groupe 1c |
| 16 :30 – 16 :45 | Fin de la journée – Take « Work » Message (Dans les salles respectives du dernier atelier) | | | | |



Heds FR

Haute école de santé Fribourg
Hochschule für Gesundheit Freiburg

Traumatisme crânien et chute

HETS-FR – Module F10

Atelier 12 : prendre soin de l'Autre :
les gestes de 1er secours



Verdon Alain

Mai 2026

Hes·so

Haute Ecole Spécialisée
de Suisse occidentale
Fachhochschule Westschweiz
University of Applied Sciences and Arts
Western Switzerland

Objectifs

- Evaluer une situation de premiers secours tout en assurant sa propre sécurité et celle des personnes présentes
- Demander l'aide nécessaire et alarmer correctement les secours
- Pouvoir traiter en première instance les situations les plus fréquemment rencontrées dans le cadre des premiers secours
- Prise en charge initiale de la chute et du traumatisme crânien: reconnaissance des alertes

Traumatisme crânien: c'est quoi?

Il s'agit d'un ébranlement du cerveau, consécutif à un **choc**. Il en résulte un mauvais fonctionnement des cellules cérébrales et des troubles transitoires des fonctions cérébrales.

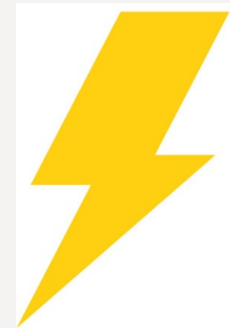
Le choc peut provenir d'une **chute** ou de tout autre traumatisme à la tête.



Traumatisme crânien: signes de gravité

Somnolence, maux de tête, vertiges, troubles de la mémoire, perte de connaissance, nausées, vomissements, troubles de la vision, impression de faiblesse d'un membre ou plusieurs, changement de l'état mental et/ ou modification du comportement, écoulement de liquide clair ou de sang, du nez ou des oreilles, convulsion

Alertes → consultation médicale/urgences



Surveillance à domicile

- Comportement inhabituel
- Désorientation temporo-spatiale
- Difficilement éveillable ou somnolent
- Maux de tête qui persistent ou augmentent
- Convulsions
- Difficultés à se tenir debout
- Nausées inhabituelles
- Plus de deux vomissements
- (Vomissement en jet)
- Perte de force et/ou de sensibilité d'un ou plusieurs membres

Comment relever une personne qui a chuté

Avant de la relever....

1. vérifier si sang ou liquide clair au niveau des oreilles, du nez, de la bouche
2. vérifier la possibilité de blessure (fracture, blessure à la colonne vertébrale ou trauma crânien) → toute douleur vive doit laisser suspecter une lésion
3. vérifier l'alignement et la mobilité des membres → déformation?
4. vérifier les sites douloureux: avez-vous mal? Où avez-vous mal?

→ Si réponse oui ou doute à une de ces questions → demander de l'aide, avis au référent infirmier, sinon **appel 144**

Comment relever - aider une personne qui a chuté

POUR VOUS RELEVER DU SOL APRÈS UNE CHUTE

- Ne paniquez pas.
- Examinez-vous le corps.
- Si vous êtes blessé, appelez à l'aide. Restez au chaud.
- Si vous n'êtes pas blessé, cherchez un meuble solide.

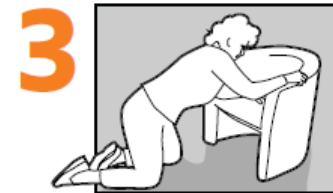
Restez indépendant. <
Empêcher les chutes.



Roulez sur le côté.



Rampez jusqu'à une chaise ou un meuble solide.



Mettez-vous à genoux, appuyez-vous le bras sur le siège de la chaise.



Mettez un genou à l'avant.
Mettez ce pied sur le plancher.



Poussez avec les bras et les jambes. Faites pivoter vos fesses.



Assoyez-vous. Reposez-vous avant de tenter de vous déplacer de nouveau.

Références bibliographiques

Agence de la santé publique du Canada. (2018). Les chutes... victime ou témoin, sachez comment réagir [Éducation et sensibilisation]. <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/promotion-sante/vieillesse-aines/publications/publications-grand-public/chutes-victime-temoin-sachez-comment-reagir.html>

National Association of Emergency Medical Technicians (États Unis) & Advanced Medical Life Support Committee. (2013). AMLS : Prise en charge des urgences médicales. : prise en charge des urgences médicales.

Protocole de gestion des commotions cérébrales / traumatisme crânien cérébral léger. (s. d.). Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Saguenay - Lac-Saint-Jean. Consulté 22 avril 2022, à l'adresse <https://santesaglac.gouv.qc.ca/documentation/sante-publique/protocole-de-gestion-des-commotions-cerebrales-traumatisme-cranien-cerebral-leger/>

Scarboro, M., & McQuillan, K. A. (2021). Traumatic Brain Injury Update. AACN Advanced Critical Care, 32(1), 29-50. <https://doi.org/10.4037/aacnacc2021331>

Neurotrauma Foundation // Version française Ontario . (s. d.). Consulté le 02 mai 2022, à l'adresse <http://braininjuryguidelines.org/concussion/index.php?id=156>

Haute école de santé Fribourg
Hochschule für Gesundheit Freiburg
Route des Arsenaux 16a
1700 Fribourg/Freiburg

T. 026 429 60 00
heds@hefr.ch
www.heds-fr.ch