

LES MALAISES VAGAUX:

Le malaise est une sensation pénible, traduisant un trouble du fonctionnement de l'organisme, sans que la personne qui en est victime puisse en identifier l'origine.

Ce trouble peut être fugace ou durable, de survenue brutale ou progressive, ou correspondre à une maladie qui s'aggrave.

LES SIGNES :

- **un étourdissement,**
- **des nausées,**
- **des sueurs,**
- **une sensation de chaleur,**
- **des points noirs devant les yeux ou un sentiment de perte de conscience imminente**

En agissant sur la circulation, les manoeuvres physiques ont pour but de créer une contre-pression vasculaire destinée à augmenter la pression artérielle de la victime. Elles permettent ainsi d'éviter la survenue d'une perte de connaissance et de lésions traumatiques secondaires à une chute.

CONDUITE A TENIR :

LES MANOEUVRES PHYSIQUES:



L'accroupissement (peut être un préalable à la mise en position allongée) :

- 1- Se placer en position accroupie.
- 2- Baisser la tête comme pour la mettre entre les deux genoux.



Croisement des membres inférieurs :

La victime peut être en position allongée ou debout en prenant appui contre un mur :

- 1- Croiser les membres inférieurs.
- 2- Contracter les muscles en essayant de tendre les jambes.
- 3- Serrer les fesses.
- 4- Contracter la ceinture abdominale.



Crochetage des doigts et tension des muscles des membres supérieurs :

- 1- Agripper les deux mains par les doigts en crochets.
- 2- Écarter les coudes de la poitrine au maximum.
- 3- Contracter les deux membres supérieurs en tirant comme pour essayer de séparer les deux mains.

