

**Q**uand

Cette technique est indiquée chez toute personne qui présente une perte de connaissance, qui respire et qui n'est pas suspecte d'un traumatisme.

**P**ourquoi

La Position Latérale de Sécurité (PLS) maintient libre les voies aériennes supérieures de la victime en permettant l'écoulement des liquides vers l'extérieur et en évitant que la langue ne chute dans le fond de la gorge.

**A**vec quoi

Aucun matériel.



## Chez l'adulte ou l'enfant

La technique se réalise en 3 temps :

### **1. Préparer le retournement de la victime**

- Retirer les lunettes de la victime, si elle en porte.
- Rapprocher délicatement les membres inférieurs de l'axe du corps.
- Placer le bras de la victime, situé coté secouriste à angle droit de son corps.
- Plier le coude de ce même bras en gardant la paume de la main de la victime tournée vers le haut.
- Se placer à genoux ou en trépied à côté de la victime, au niveau de son thorax.
- Saisir le bras opposé de la victime et amener le dos de la main de la victime sur son oreille, coté secouriste.

*Lors de la rotation, le maintien de la main de la victime contre son oreille permet d'accompagner le mouvement de la tête et de diminuer la flexion de la colonne cervicale qui pourrait aggraver un traumatisme éventuel.*

- Maintenir le dos de la main de la victime, pressée contre son oreille, paume contre paume.

*Le maintien de la main sous la joue de la victime limite les mouvements de la colonne cervicale.*

- Attraper la jambe opposée de la victime avec l'autre main, juste derrière le genou.

*La saisie de la jambe de la victime au niveau du genou permet de l'utiliser comme « bras de levier » pour le retournement.*

- Relever la jambe de la victime, tout en gardant le pied au sol.
- Se placer à genoux ou en trépied à côté de la victime assez loin d'elle pour pouvoir la tourner sur le côté sans avoir à se reculer.

### **2. Tourner la victime**

- Tirer sur la jambe relevée de la victime afin de faire pivoter vers le secouriste, jusqu'à ce que le genou touche le sol, sans brusquerie et en un seul temps.
- Dégager doucement la main du secouriste située sous la tête de la victime, tout en préservant la bascule de la tête en arrière, en maintenant le coude de la victime à l'aide de la main du secouriste précédemment située au genou.

### **3. Assurer la stabilité de la position de la victime**

- Ajuster la jambe de la victime située au-dessus de telle sorte que la hanche et le genou soient à angle droit.

*La position de la jambe permet de stabiliser la PLS.*

- Ouvrir la bouche de la victime sans mobiliser la tête.

*L'ouverture de la bouche de la victime facilite l'écoulement des liquides vers l'extérieur.*

### Chez le nourrisson

- Placer le nourrisson sur le côté, dans les bras du sauveteur le plus souvent.



Pas de risque particulier.



- Une fois mise en PLS, la victime se trouve dans une position stable, la plus latérale possible.
- En position sur le côté, les voies aériennes et les mouvements de la respiration doivent pouvoir être contrôlés, l'écoulement des sécrétions vers l'extérieur est favorisé.