

» SAFC-CT-06 Contraintes physiologiques du milieu

Le sauveteur évolue dans un milieu aquatique imposant de nombreuses contraintes, connaître l'impact physiologique sur notre corps permet de s'en prémunir.

Lors de son engagement le sauveteur sera exposé à un environnement difficile pouvant demander une débauche importante d'énergie. La condition physique du personnel, l'entraînement et la connaissance de ses limites permettront d'évoluer en sécurité.

Les risques sont notamment :

- Hypothermie
- Fatigue (durée d'intervention)
- Pollution et contamination par contact cutané ou maladie infectieuse (leptospirose...)
- Hyperthermie

L'hypothermie

Explications :

Se manifeste lorsque le corps est dans l'incapacité à maintenir une température normale autour de 37°C souvent dû à une exposition prolongée au froid.

L'hypothermie débute en dessous de 35°C avec différents degrés de gravité (réf SUAP-CT-12)

Dans l'eau le corps humain se refroidit par le mécanisme de conduction du froid à travers l'eau.

Le corps humain se refroidit 4 fois plus vite dans l'eau que dans l'air. Ce phénomène est amplifié avec la vitesse du courant.



Conséquences :

Une victime sans équipement de protection thermique tombant dans une eau froide va se refroidir très vite ayant pour conséquence une vasoconstriction des vaisseaux périphériques puis un engourdissement des membres et une diminution de la force.

Ce phénomène additionné aux difficultés à respirer dans l'eau froide empêche la victime de nager pour survivre et amplifie le risque de noyade.

Malgré ses équipements de protection individuels, le sauveteur peut être confronté aux mêmes dangers dû à sa durée d'exposition et devra écourter son engagement en fonction de ses sensations.

Signes et Symptômes :

- Tremblements et sensation de froid
- Perte de coordination motrice et difficulté à se mouvoir
- Pâleur, confusion, inconscience
- Bradypnée, Bradycardie puis ACR

Conduite à tenir :

- Soustraire la victime de son environnement
- Mobiliser avec prudence
- Déshabiller et mettre dans un endroit chaud (pas surchauffé) ou isolé du froid

Pollution et contamination

Explications :

Travailler dans l'eau ou à proximité expose les intervenants au risque de contamination, ces risques sont accrus lors d'inondation.

L'eau peut être contaminée par diverses sources : produits chimiques, agents biologiques notamment lors de remontée d'égouts ou d'inondation de zones agricoles ou d'élevages.

(réf SUAP-CT-12)

Recommandation :

En cas de pollution avérée le personnel devra éviter la mise à l'eau tant que possible, porter une tenue étanche et l'engagement sera minimum.

Les tenues souillées devront être décontaminées.

En cas de signe de contamination cutanée (rougeur, boutons, brûlure, démangeaisons) informer le COS et le SSSM.

L'hyperthermie

Explications :

L'hyperthermie survient lorsque le corps n'arrive pas à évacuer suffisamment la chaleur .

Les équipes de sauveteurs sont exposées au risque d'hyperthermie. Ils sont équipés de combinaisons et d'EPI pour résister à une immersion dans l'eau froide. Lors d'un effort, le sauveteur peut rapidement monter en température influencé par la température du milieu dans lequel il évolue.



Conséquences :

La déshydratation, la transpiration et le manque d'électrolyte dans le corps provoquent un épuisement et une perte de force liée à la chaleur pouvant aller jusqu'au coups de chaleur ou la syncope.

Signes et Symptômes :

Maux de tête, augmentation de la fréquence ventilatoire, pâleur ou rougeur, sudation importante allant jusqu'à la peau sèche et apparition de traces blanches (sel), sensation de soif, fatigue intense, somnolence, crampes, vertiges, nausées, montée en température, élévation du rythme cardiaque, confusion, convulsions, collapsus.

Conduite à tenir :

- Bilan complet de secourisme avec contrôle de la température
- Installer la victime dans un endroit frais et à l'abris
- Déshabiller (retirer EPI)
- Refroidir au moyen de linge humide sur le corps (glace au plis de l'aîne et sous les aisselles si possible)
- Donner à boire pour réhydrater en incluant du sel et des électrolytes
- Renfort médical

Conclusion

Le SAFC évolue dans un environnement facteur de stress et est exposé à des contraintes liées au milieu dans lequel il évolue.

Ces contraintes peuvent être changeantes d'une saison à l'autre et d'un sauveteur à l'autre.

Il est important d'en connaître les signes pour s'en prémunir.

Une bonne hygiène de vie et un entraînement régulier amèneraient le SAFC à plus de sécurité et de sérénité .

Le SAFC doit être attentif à son hydratation avant et après l'intervention notamment en période de forte chaleur.

Il doit également adapter sa tenue aux conditions (mettre ou enlever sa sous-couche).

La gestion de l'effort est également importante.