

Pharmacie de bord

La trousse d'urgence du plaisancier moyen : Et si nous osions faire simple !

Mise en garde : cet article peut susciter des réactions allergiques très intenses chez les personnes ayant équipé leurs bateaux comme des annexes de pharmacies hospitalières.

S'il n'est pas envisageable en un court article de vous préparer à affronter toutes les urgences, quelques règles simples peuvent vous aider à mieux réagir face à une situation donnée.

La première chose que l'on puisse vous conseiller est de sortir votre boîte à pharmacie puis de trier les produits suivant la maîtrise que vous en avez. Tout ce dont vous savez parfaitement vous servir, sera rangé à votre droite, le reste à votre gauche. Il est fort à parier qu'il ne vous restera que des pansements pour petites plaies, une couverture de survie ainsi que du paracétamol s'il n'est pas périmé. A votre gauche, s'entasseront avant de s'en débarrasser, le set à suture chirurgical complet, des seringues périmées, les anti-émétiques divers, les médicaments morphiniques récupérés après votre dernière crise de colique néphrétique, les antibiotiques prescrits pour votre bronchite il y a trois ans ainsi que les désinfectants intestinaux de vos dernières vacances en Tunisie.

(Il y en a bien d'autres...)

Ceci fait, il convient de réfléchir sur les différentes situations que vous devez être capable de maîtriser pendant un temps donné (celui des secours) et les comportements adaptés.

Ces réponses imposent au chef de bord de garder une liberté d'action minimale l'autorisant à garantir la sécurité du bateau et donc de l'ensemble des équipiers.

(En mer, réaliser correctement un bouche à bouche dans un espace restreint et instable est une entreprise délicate, y pratiquer un massage cardiaque efficace pendant deux heures relève de l'aléa).

Les données étant ainsi posées, un préalable et 4 situations principales se dessinent :

Une liaison (radio vhf canal 16, ou téléphonique 1616) constitue la condition vous garantissant le secours extérieur par les moyens nautiques ou aériens que peut mobiliser le CROSS ainsi que le conseil médical simultané par le SAMU de Toulouse. Il doit être requis dans toutes les circonstances évoquant une gravité ainsi que dans toute situation d'accident sérieux afin de valider ou affiner un geste de secours entrepris à bord.

L'hémorragie

Celle-ci peut être grave et entraîner un risque pour la vie. Il importe de pouvoir l'arrêter ou au moins, de la limiter dans son abondance. Le pansement compressif est le seul outil utilisable en toute circonstance. La société THUASNE propose dans un emballage individuel un pansement **CHUT** (Coussin Hémostatique d'Urgence Thuasne) se composant d'une bande élastique, d'un coussin et d'une compresse. Cet ensemble permet la réalisation d'un pansement serré et auto fixant.

Afin d'en maîtriser l'emploi le jour donné, il est impératif, à la maison et loin de tout stress, de s'entraîner à le poser sur différents segments de membres ainsi que sur la tête dans l'éventualité d'un saignement du cuir chevelu. Ce n'est qu'après cet apprentissage que vous le re-conditionnerez avec son mode d'emploi dans un sachet type congélation pour en garantir la propreté. La bande élastique utilisée seule, pourra avantageusement vous aider dans la fixation d'un pansement sur une plaie simple.

Le traumatisme

Sur un bateau, ce que l'on perçoit d'un traumatisme est qu'il fait mal de façon continue et s'accompagne parfois d'une déformation. Le geste adapté consiste à immobiliser la partie douloureuse ainsi que l'articulation en dessus et en dessous (poignet- **avant bras**-coude ; cheville- **jambe**-genou) en un ensemble stable. Par ce geste réalisé avec les moyens du bord (planchette de bois, latte de voile et bande élastique du CHUT, etc...), vous limiterez nombre de complications et offrirez de cette manière à votre victime, le meilleur traitement anti-douleur qu'il se puisse être.

La protection de la colonne vertébrale est très délicate à assurer sur un bateau où la place est toujours exigüe et les cheminements tortueux. On ne peut que maintenir autant que faire se peut, une colonne droite, en position de repos physiologique. La perte de connaissance impose la mise du patient sur le coté, la bouche inclinée vers le bas (*c.a.d. la Position Latérale de Sécurité des secouristes confirmés, mais dans des circonstances qui ne seront jamais celles de l'apprentissage*).

Les techniques manuelles d'arrêt des hémorragies ou bien d'immobilisation peuvent s'apprendre auprès de toute association agréée assurant des formations aux premiers secours (SNSM, Sapeurs Pompiers, Croix rouge, Protection Civile, etc...).

L'hypothermie

La célèbre couverture de survie à l'image du couteau suisse mérite quelques explications ; en aucun cas, elle ne réchauffe un patient. Ces couvertures ne font que limiter les déperditions de chaleur du corps humain par radiation. Leur efficacité sera faible ou nulle si la victime est emballée mouillée dans cette couverture, allongée directement sur une surface froide (*revêtement plastique d'une couchette par exemple*). Ce qu'il convient de faire, c'est enlever ou couper les vêtements humides et sécher la peau. Utilisez à cette fin une serviette sèche ou un rouleau de papier essuie tout sans frictionner (la victime frissonnera et se mettra spontanément en position fœtale afin de se réchauffer). Isolez bien le corps de la victime de la surface sur laquelle elle s'allonge. Un sac de couchage sec et chaud se révélera d'usage aussi efficace, sinon plus, qu'une couverture de survie mal employée.

La prévention de la déshydratation

En situation de détresse, l'organisme doit être hydraté. Pour faire très simple, je recommande de disposer de quelques bouteilles de soda sucré

(coca-cola ou équivalent). Le gaz peut être éliminé par l'adjonction d'un sucre en morceau dans la bouteille (attention, celle ci va déborder), ainsi que d'eau minérale non gazeuse en contenant d'un demi-litre pour leur commodité d'emploi.. En alternant ces deux boissons, par petites quantités mais de manière précoce et continue, vous offrirez à votre victime un moyen simple de s'hydrater et de s'alimenter pendant quelques heures sans effet néfaste à redouter.

Enfin il est très utile (mais pas « vital ») de disposer :

- D'une paire de ciseaux solide et à extrémités arrondies pour couper tout vêtement (*et non pas la peau dans un mouvement de roulis*) si besoin.
- D'un petit set à pansement sous emballage stérile (- de 2 euros).
- D'une boîte de 10 compresses stériles.
- D'un désinfectant, ma préférence va au **Dakin Cooper stabilisé** : deux flacons de 60 ml car il doit être considéré comme périmé 24 à 48 heures après l'ouverture.

(l'hameçon qui ne s'enlève pas très vite et simplement, doit être extrait par un médecin disposant d'un vrai diplôme et non pas par une personne dont la seule formation consiste à suivre avec assiduité les séries télévisées médicales américaines).

- Quelques gants à usage unique pour se prémunir des accidents d'exposition au sang (le Dakin sera utile en cas de crainte de contamination).
- Pour des croisières vous éloignant plus de 12 heures de tout moyen de secours, un antalgique de niveau prescrit par votre médecin est recommandable. Il devrait logiquement être utilisé après avis du SAMU.

• Si vous affrontez des contrées lointaines et isolées de tout secours, il vous appartient d'élaborer avec les conseils d'un médecin, une trousse spécifique adaptée à votre destination et votre isolement (mais tout le monde ne fait pas le Vendée globe).

En tout état de cause, cette situation ne concerne pas le littoral français ni les pays limitrophes.

Un dernier conseil

Sans vous préoccuper d'en connaître l'usage immédiat, identifiez les médicaments usuels et d'urgence que peuvent emmener vos équipiers dans leur bagage (la ventoline de l'asthmatique, ou le dérivé nitré du cardiaque) pour les pathologies dont ils peuvent souffrir. En cas de besoin, le SAMU saura vous en recommander l'emploi et surveiller les effets.

Les pansements compressifs, compresses, ciseaux adaptés, set à pansement (couvertures isothermes ou de survie) sont disponibles dans les magasins de matériel médical et secouriste à des tarifs bien inférieurs aux pharmacies. Produits non remboursés SS. L'antiseptique s'acquiert en officine pour le Dakin, parfois en grande surface pour de la chlorhexidine.

PS : Je vous recommande de revoir sur les sites internet, les conditions d'accident et de survie de Yann Eliès dans les mers australes. Cela doit tous nous faire réfléchir.

Thierry CARRE (ancien médecin urgentiste)
t.carre@wanadoo.fr APPB Binic