

# LA PERSONNE EST INCONSCIENTE, NE RESPIRE PLUS ...

Die Person ist bewusstlos, atmet nicht ...

# C'EST UN ARRÊT CARDIAQUE

es ist ein Herzstillstand

# réagis!



[www.reagis.lu](http://www.reagis.lu)



LUXEMBOURG  
RESUSCITATION  
COUNCIL



LE GOUVERNEMENT  
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG  
Ministère de la Santé

Tous les jours, au moins une personne subit un arrêt cardiaque soudain au Luxembourg en dehors de l'hôpital. Sans prise en charge immédiate, plus de 97% des patients meurent des suites de l'arrêt cardiaque. Seuls 20% des témoins d'un arrêt cardiaque font des gestes qui sauvent la vie. 4 victimes sur 5 qui survivent à un arrêt cardiaque ont bénéficié des premiers gestes de secours simples réalisés par le témoin.

TAUX DE SURVIE  
**2-3%**

**400**  
VICTIMES

au Luxembourg, chaque année 400 victimes subissent un arrêt cardiaque soudain

**3**  
MINUTES  
SANS OXYGÈNE  
=  
DANGER



l'interruption de l'apport en oxygène au cerveau entraîne des dégâts irréversibles à partir de 3 minutes

Jeden Tag erleidet mindestens eine Person einen plötzlichen Herzstillstand außerhalb der Klinik in Luxemburg. Ohne sofortige Wiederbelebensmaßnahmen versterben 97%. Nur 20% der Notfallzeugen eines Herzstillstandes beginnen mit Wiederbelebensmaßnahmen. 4 von 5 Personen, die einen Herzstillstand überleben, wurden vom Notfallzeugen wiederbelebt. Nach 3 Minuten Sauerstoffmangel, erleidet das Gehirn unwiderruffliche Schäden.

Si tu es témoin: réagis! Toi aussi, tu aimerais être secouru en cas d'arrêt cardiaque. Cette brochure te montre comment réagir correctement. Pour en savoir plus et améliorer tes performances, prends un peu de temps pour te former. Tu trouves toutes informations sur le site internet [www.reagis.lu](http://www.reagis.lu)



**la seule  
ERREUR  
que tu peux faire,  
c'est de ne rien faire**

Wenn du Notfallzeuge bist: Reagiere! Auch du erhoffst dir Hilfe im Falle eines Herzstillstandes. Diese Broschüre soll dir weiterhelfen die nötigen Schritte der Wiederbelebung zu erlernen. Willst du mehr wissen und besser reagieren können dann nimm dir etwas Zeit und folge einen Kurs. Weitere Informationen auf dem Internet Site [www.reagis.lu](http://www.reagis.lu)

**Den einzigen Fehler den du machen kannst, ist nichts zu machen.**

# signes d'alerte

Comment reconnaître l'arrêt cardiaque?

**La victime perd connaissance et tombe. Elle ne réagit ni à la parole, ni au toucher. Sa respiration est inexistante (la poitrine ne se soulève pas) ou très irrégulière. Réagis ! Déclenche la chaîne de survie! Chaque minute de gagnée, représente 10% de chance de survie en plus!**

Signes d'alerte précurseurs de l'arrêt cardiaque: Douleurs prolongées dans la poitrine pouvant s'étendre au bras, sensation d'oppression, de serrement voire d'écrasement, difficultés à respirer, transpiration soudaine, nausées ou vomissements. Si ces symptômes durent plus de 5 minutes, appelle immédiatement le 112.

# douleur dans la poitrine arrêt cardiaque → 112

Erkenne den Herzstillstand!

**Die Person wird bewusstlos, fällt zu Boden, reagiert nicht auf die Ansprache oder Schütteln. Keine Atmung (die Brust hebt sich nicht), oder ist sehr unregelmäßig. Reagiere! Alarmiere den Rettungsdienst! Jede gewonnene Minute bedeutet 10% mehr Überlebenschancen.**

Vorzeichen eines drohenden Herzstillstandes: Schmerzen in der Brust, die bis in den Arm ausstrahlen können, Beklemmungsgefühle in der Brust, Beschwerden beim Atmen, kalter Schweißausbruch, Übelkeit, Erbrechen. Wenn diese Zeichen mehr als 5 Minuten andauern, alarmiere den Rettungsdienst 112.

# Appelle le 112

---

Vérifie si la victime et toi-même êtes dans un endroit sûr ? Appelle le 112 et donne les informations suivantes : Dis ton nom, précise le lieu d'appel (ville, numéro de rue, résidence, étage) où la victime se trouve. Précise l'état de la victime (inconsciente, sans respiration, peau sans couleur). Ne raccroche pas tout de suite, mais suis les instructions de l'opérateur et réponds à ses questions.

déclenche la chaîne de survie

## APPELLE LE 112

et donne alerte



## Alarmiere den 112

---

Überzeuge dich, dass du und die betroffene Person in einer sicheren Umgebung sind. Alarmiere den Rettungsdienst. Sag wo du bist: Ort, Straße, Hausnummer, Stockwerk und Residenz. Beschreibe kurz den Zustand des Notfallopfers (bewusstlos, atmet nicht, blasse oder blaue Hautfarbe). Lege nicht sofort auf, folge den Anweisungen des 112 und beantworte die Fragen.

# Masse le cœur

---

Allonge la victime sur le dos sur une surface dure. Mets-toi à genoux à côté de la victime et positionne tes mains, l'une sur l'autre, au milieu du thorax entre les deux seins, les bras étant tendus. Appuie fort, avec le poids de ton corps. Enfonce tes mains à chaque pression de +/- 5 à 6 cm dans la poitrine et relâche ensuite complètement la poitrine entre chaque compression. Effectue le massage cardiaque en respectant un rythme de 120 compressions par minute. Si tu as été formé, tu peux pratiquer des insufflations (bouche-à-bouche) au rythme de 2 insufflations toutes les 30 compressions. Continue le massage cardiaque sans arrêt jusqu'au réveil du patient ou jusqu'à l'arrivée des secours.



augmente les chances de survie

## MASSE LE CŒUR

120 pressions par minute

## Massiere das Herz

---

Lege das Notfallopfer auf den Rücken auf eine harte Oberfläche. Knie seitlich am Notfallopfer, lege die Ballen einer Hand auf die Mitte der Brust des Patienten (untere Hälfte des Brustbeins), lege den Ballen der anderen Hand auf die erste Hand und verschränke die Finger deiner Hände ineinander. Drücke das Brustbein +/- 5 bis 6 cm nach unten. Entlaste nach jeder Herzdruckmassage vollständig den Brustkorb. Die Herzdruckmassage muss 120 mal in der Minute erfolgen. Hast du an einem Rettungskurs teilgenommen, kannst du die Herzdruckmassage mit der Beatmung (Mund zu Mund) kombinieren. 2 Beatmungshübe alle 30 Herzdruckmassagen. Fahre mit der Herzdruckmassage solange fort bis der Patient wach wird, oder der Rettungsdienst eintrifft.

# Défibrille le cœur

---

Si un autre témoin est avec toi, envoie le chercher un défibrillateur qui se trouve à proximité. Très simple d'utilisation, cet appareil te guide, étape par étape et garantit une utilisation sans risque. Prends l'appareil, ouvre le couvercle et continue les manœuvres de réanimation selon les instructions du défibrillateur jusqu'à l'arrivée des secours. Une liste avec les emplacements des défibrillateurs externes automatisés dans le Grand-Duché sera disponible sur [www.reagis.lu](http://www.reagis.lu) ainsi que sur notre App gratuite.

si possible demande à qn. de t'apporter un défibrillateur

## DÉFIBRILLE LE CŒUR

en suivant les instructions de l'appareil



## Defibrilliere das Herz

---

Wenn eine weitere Person bei dir ist, soll sie einen Defibrillator holen. Dieser ist einfach zu benutzen. Schalte den Defibrillator ein und folge unverzüglich den gesprochenen Anweisungen des Gerätes bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes. Auf der Internetseite [www.reagis.lu](http://www.reagis.lu) und demnächst auch auf unserer kostenloser App, findest du eine Liste mit den Aufstellungsorten der externen Defibrillatoren in Luxemburg.

La campagne «réagis!» a été initiée par le Luxembourg Resuscitation Council (LRC) une association (ASBL) qui regroupe des représentants de divers domaines de la Santé. • Les missions du LRC: Promouvoir les standards européens de la réanimation cardio-pulmonaire (RCP) pour les professionnels de la Santé /// Promouvoir la création d'un registre national des arrêts cardiaques /// Promouvoir la mise en place de défibrillateurs automatiques dans les lieux publics /// Promouvoir la recherche dans le domaine de la RCP /// Informer et former le public sur les gestes qui sauvent. /// Le LRC a besoin de vous! Votre générosité (dons et legs) nous permet de mener à bien nos actions! Ensemble, luttons contre la mort subite et sauvons des vies!

## FAIS UNE FORMATION

une heure suffit pour  
apprendre à sauver une vie

## MACH EINEN KURS

nur eine Stunde reicht aus  
um zu wissen wie man Leben rettet

Les partenaires de cette campagne: Association des Médecins et Médecins Dentistes (AMMD) • Société Luxembourgeoise de Cardiologie (SLC) • Cercle des Médecins Anesthésistes-Réanimateurs (CMARL) • Association des Infirmiers Anesthésistes-Réanimateurs (ALIAR) • Association pour la Santé au Travail du Secteur Financier (ASTF) • Société Luxembourgeoise de Pédiatrie • Croix Rouge luxembourgeoise • Service Incendie de la Ville de Luxembourg • Luxembourg Air Rescue (LAR) • Centre de formation continue Widong