

« Premiers soins en cas de brûlures »

La Règles des 20

- ✓ Endéans les 20 minutes après la brûlure
- ✓ Refroidir pendant 20 minutes
- ✓ Avec de l'eau tiède à environ 20 degrés

Refroidir

Refroidissez la brûlure immédiatement en l'arrosant avec de l'eau courante tiède et ce, durant au moins 20 minutes.

Agissez le plus vite possible, car après une demi-heure, il est trop tard !

- Refroidir une brûlure est important pour en limiter la gravité et pour faciliter sa guérison.
- L'arrosage immédiat de la brûlure avec de l'eau tiède et ce, durant au moins 20 minutes, permet de diminuer la température de la peau brûlée et donc d'éviter que la chaleur de la brûlure ne continue à aggraver les lésions. Dans certains cas, ce geste simple permettra une guérison spontanée.
- Arrosez toutes les parties du corps qui ont été touchées.
- L'eau va soulager immédiatement la douleur.
- Si possible, enlevez les bagues, montres, bracelets,...
- En cas de brûlure par un produit chimique, amener immédiatement le patient sous la douche, COMMENCER Á LE DOUCHER LARGEMENT et pendant qu'il est sous le jet d'eau, lui faire enlever ses vêtements et chaussures imprégnés (sauf s'ils collent à la peau). Il est essentiel d'ARROSER ABONDAMMENT la brûlure à l'eau tiède, durant 30 à 60 minutes. L'urgence est de DILUER ET ÉLIMINER le produit chimique, SUR PLACE ET LE PLUS TÔT POSSIBLE après le contact.
- Evitez autant que possible le contact entre l'eau de rinçage et la peau saine. Mettez les vêtements contaminés dans un sac en plastique pour éviter de brûler d'autres personnes.

Cas particuliers

- En cas de brûlure électrique, dégagez d'abord la victime AVANT de l'arroser avec de l'eau. En cas de doute, coupez d'abord le courant.
- Certaines brûlures chimiques nécessitent un traitement spécifique ou peuvent entraîner une intoxication. Après avoir commencé le rinçage à l'eau, prenez contact avec le Centre Anti-Poisons (Tel 070.245.245 – 24 heures/24) ou avec le conseiller en prévention de votre entreprise. Essayez toujours de garder l'emballage des produits chimiques que vous utilisez. Si le patient est emmené aux urgences de l'hôpital ou dans un centre de brûlés, veillez à emmener la fiche de sécurité ou l'emballage du produit qui a causé la brûlure.
- Si quelqu'un se brûle, il est important d'éloigner immédiatement la victime de la source de chaleur ou d'éteindre celle-ci.
- Si les vêtements ont pris feu, recouvrez la victime d'une veste, d'une couverture ou d'un tissu.
- Vous pouvez aussi faire rouler la personne sur le sol ou éteindre les vêtements en feu avec de l'eau.
- Il y a deux choses qu'il est important d'éviter : ne recouvrez jamais la victime avec des tissus synthétiques et évitez qu'elle ne fasse des mouvements qui pourraient attiser le feu.

Mesures préliminaires en cas de brûlures

➤ Vêtements

- Enlevez les vêtements autour de la brûlure.
- Si ceux-ci collent à la peau, ne les arrachez surtout pas.
- En cas de brûlure chimique, découpez TOUJOURS les vêtements, ne les enlevez sous aucun prétexte
- Enfilez toujours des gants de protection en cas de brûlure chimique

➤ Bijoux et autres

- Il est préférable de retirer immédiatement les bijoux, montres

- **Position**
 - En cas de brûlure grave, la victime doit être placée en position assise (pendant le transport aussi)

- **Température corporelle**
 - Comme la peau a disparu, il faut protéger la victime du froid après le refroidissement (ex. feuille de protection)

Soin des brûlures – Généralités

- Lavez-vous soigneusement les mains au savon avant chaque traitement.
- Pour changer le pansement, retirez l'ancien en le saisissant par la partie extérieure et jetez-le immédiatement.
- Pour enlever un sparadrap, tenez la peau tout autour de la main libre pour limiter la douleur (surtout chez les enfants et les personnes âgées).
- Retirez les restes de pommade, les croûtes et sérosités d'abord avec de l'eau. Pour cela, passez une compresse stérile sous l'eau courante, sans toucher le robinet avec la compresse.
- Nettoyez toujours la plaie avec un produit désinfectant avant d'appliquer un pansement : vérifiez d'abord la date de péremption ! Nettoyez bien la plaie avec le produit désinfectant. Puis, tamponnez soigneusement avec une nouvelle compresse imbibée de produit désinfectant.
- Ne touchez jamais la plaie avec les doigts et évitez tout contact avec la partie du pansement qui touche directement la plaie. Si possible, utilisez des gants à jeter pour mettre un nouveau pansement.
Attention : enfiler des gants neufs après avoir retiré l'ancien pansement, désinfecté la plaie et ouvert l'emballage du nouveau pansement.
- Si vous utilisez un bandage, ne le serrez pas trop fort pour éviter toute constriction, pression et douleur.
Pour placer un bandage autour d'un bras ou d'une jambe, commencez toujours par la partie inférieure (la plus proche de la main ou du pied) et remontez en tournant. En cas de brûlure aux articulations, il faut toujours que le pansement soit largement recouvert par le bandage. Ainsi, le pansement ne se déplacera pas lors de la mobilisation de l'articulation (Ex. coude ou genou).

<u>Degré</u>	<u>Couleur de la peau</u>	<u>Douleur</u>	<u>Autres</u>
1 ^{er} degré	Rouge	Oui	Pas de cloques, la peau est sèche
2 ^e degré - superficiel	Rouge - rose	Oui	Cloques, ouvertes ou non
2 ^e degré - profond	Rouge mat avec des zones blanches	Oui	Couche supérieure de la peau a disparu
3 ^e degré	Parcheminée, beige, brune, noire	Non	

Attention : l'étendue se mesure en pourcentage de la surface du corps. Une main avec les doigts joints représente 1 % de la surface totale du corps. Servez-vous de la main du brûlé comme unité de mesure.

Soins des brûlures du 1^{er} degré

Petites plaies

- Refroidissez la plaie pendant 20 minutes sous l'eau courante froide.
- Vérifiez la date de péremption du tube de Flamigel.
- Appliquez une couche de 5 mm de Flamigel : d'abord sur la compresse de gaze plutôt que directement sur la blessure. Vous évitez ainsi une infection bactérienne du tube de pommade. Recouvrez la plaie d'une compresse de gaze imbibée de pommade hydratante.
- Fixez éventuellement la compresse de gaze avec un sparadrap ou un bandage hydrophile.

Grandes plaies (ex. coup de soleil)

- Refroidissez la peau sous une douche tiède.
- Hydratez la peau avec du Flamigel et répétez l'opération jusqu'à 4 fois par jour, jusqu'à ce que la rougeur et la douleur aient disparu.

Soins des brûlures du second degré

Refroidir

- Refroidissez la plaie pendant une vingtaine de minutes sous l'eau courante froide.

Traiter les cloques

- Ne percez pas les cloques. Vous limiterez ainsi les risques d'infection.
- Si les cloques sont douloureuses ou si elles risquent d'éclater par frottement, vous pouvez les percer à l'aide d'une aiguille stérile et tamponner la plaie à l'aide d'une compresse stérile imbibée de désinfectant. Laissez la peau de la cloque sur la plaie. Ce point est sujet à discussions : certains le conseillent, d'autres non. Nous conseillons toujours de retirer la peau détachée d'une manière aussi propre, stérile et hygiénique que possible.

Désinfecter et retirer les petits cailloux et les restes de vêtements

- Retirez le capuchon du flacon d'Hibidil et humidifiez-en une compresse.
- Tamponnez doucement la plaie en effectuant des mouvements circulaires.
- Utilisez suffisamment de compresses pour tout nettoyer parfaitement. N'utilisez pas une compresse qui a déjà servi, sur une zone nettoyée.
- Vérifiez la plaie tous les jours.
- Nettoyez toujours la peau avant d'appliquer un nouveau pansement. Retirez avec précaution les restes de pommade.

Liste de contrôle à effectuer

La brûlure est-elle plus petite qu'une pièce de 2 euros ?

- Soignez la plaie en respectant la procédure générale décrite ci-dessus.

La plaie est-elle plus grande qu'une pièce de 2 euros et présente-t-elle des cloques ?

- Continuer à la refroidir.
- Consultez votre médecin.

La brûlure est-elle plus large que la main ?

- Continuer à la refroidir.
- Téléphonnez au centre de brûlés le plus proche ([cliquez ici pour obtenir les données de contact](#)). Une hospitalisation est probablement nécessaire.
- Ne retirez pas les vêtements qui collent à la peau.
- Après avoir refroidi la brûlure pendant une vingtaine de minutes, appliquez-y un pansement stérile humide. Pour des brûlures plus importantes, utilisez éventuellement un drap propre et repassé ou un essuie de cuisine propre.
- N'administrez pas d'analgésiques. La douleur est un des principaux facteurs qui permet de déterminer le degré de la brûlure.
- Ne donnez rien à boire ni à manger.
- Veillez à ce que le patient ne prenne pas froid.
- La victime doit être transportée le plus rapidement possible dans un centre de brûlés, même si le transfert prend du temps. En effet, le transport est mieux supporté pendant les premières heures. Si vous craignez des difficultés respiratoires, transportez le blessé en position assise.
Ne jamais hésiter à appeler le **112** pour les premiers soins et le transport de la victime !

Adresses utiles

- Centre de brûlés C.H.U. Sart Tilman, Domaine universitaire du Sart Tilman, 4000 Liège, tel. 04 366 72 94
- Fondation belge des Brûlures, Rue Landrain, 43, 1970 Wezembeek Oppem, tél. 02 649 65 89
- www.brulures.be

Trousse de secours pour brûlures

Indispensable aux premiers soins des brûlures :

- ✓ Un produit désinfectant pour désinfecter la plaie
- ✓ Une pommade hydratante pour éviter le dessèchement de la plaie
- ✓ Une pommade antiseptique pour prévenir les infections
- ✓ Des compresses 10 x 10 cm – stériles – 100 % coton – pour recouvrir la plaie
- ✓ Gants jetables en vinyle (sans latex)
- ✓ Sparadrap 1,25 cm x 5 m pour fixer les bandages de gaze
- ✓ Pansements hydrophiles pour fixer le bandage de gaze sur la plaie, par exemple, autour du bras, de la jambe, de la main, du pied, de la tête ou du cou
- ✓ Ciseaux

Votre pharmacien vous conseillera les produits les mieux adaptés !

Source : Fondations des Brûlés.