



## Protocole d'urgence - Premiers soins : Hypothermie

L'hypothermie est une baisse significative de la température du corps qui nécessite une prise en charge médicale urgente.

1. **Éloigner le groupe, prévenir une responsable et s'assurer que quelqu'un gère l'intervention**
2. **Procéder à L'ABC (examen primaire)**
3. **Déceler les signes et symptômes de l'hypothermie**
  - Victime alerte ou non (selon le degré d'hypothermie)
  - Frissons
  - Perte de motricité
  - Victime consciente ou inconsciente (selon le degré d'hypothermie)
  - Le corps peut être froid (hypothermie sévère)
4. **Si nécessaire, toucher délicatement à la victime**
  - Au besoin, aider au déplacement de la victime doucement puisque sa peau peut être très sensible au toucher.
5. **Maintenir la victime allongée sur une surface qui est coupée du froid**
  - Important! La victime ne doit faire aucun effort physique.
6. **Si possible, retirer à la victime ses vêtements mouillés ou humides et la couvrir d'une couverture thermique**
7. **Appliquer de la chaleur sur la partie supérieure de sa poitrine**
8. **Lui offrir une boisson chaude sans alcool, si possible à teneur élevée en calories**
  - Attention aux allergies!
  - Ne rien donner à boire à la victime si elle n'est pas alerte.
9. **Surveiller la victime jusqu'à l'amélioration des symptômes observés (environ 30 minutes)**
10. **Appeler le 9-1-1 s'il n'y a pas de signes d'amélioration ou si l'état de la victime se détériore**
11. **Si la victime perd ou a perdu conscience et ne respire plus, entreprendre la RCR immédiatement**