

Trousse de secours de club

Un nécessaire médical de premier secours, en vue des premiers soins à apporter en cas d'accident, est obligatoire au dojo.

Matériel de base :

- Compresses stériles
- Coton
- Pansements adhésifs stériles
- Sparadrap
- Bandes adhésives : élastiques (type TENSOPLAST®) ou extensibles en tous sens (type EXTENSOPLAST®)
- Bandes auto-adhérentes de contention et de compression musculaire sécables à la main (type TENSOPPLUS®) que chaque sportif devrait avoir dans son sac
- Bande de maintien Velpeau® 5cm
- Ciseaux à bouts ronds
- Coupe-ongles
- Gants jetables
- Essuie-tout
- Savon liquide, gel hydroalcoolique, lingettes
- Antiseptiques locaux monodoses ou en spray : BIASEPTINE®, Dakin stabilisé

COOPER®, BETADINE® dermique, Eau Oxygénée (nettoyage et petits saignements)

- Hémostatiques : COALGAN®...

Froid :

Poche de froid ou vessie de glace (conditions d'utilisations à respecter).

Téléphone et affichage :

Un téléphone pour appeler les secours et les numéros affichés du SAMU, des pompiers, du médecin, d'un responsable de la salle ou du club, de l'hôpital, de l'ambulance, sont obligatoires dans les salles où sont pratiqués les arts martiaux.

Nota Bene :

Ne pas méconnaître une

allergie à un produit. Ne jamais utiliser plusieurs antiseptiques simultanément ou successivement. Attention, certains antiseptiques ne peuvent pas être employés sur les muqueuses.

La meilleure trousse de secours est celle pour laquelle on connaît l'utilisation des matériels et des produits.

Ranger les produits à l'abri de la chaleur et de la lumière.

Une révision régulière est nécessaire par un responsable de la salle (faire une fiche datée à chaque révision)

Ne pas oublier les sacs en matière plastique pour les déchets.

** Liste non limitative, non exhaustive, à adapter, donnée à titre d'illustration.*



Crédit photo : FOTOLIA

EXTRAITS DU JOURNAL OFFICIEL DE LA RÉPUBLIQUE FRANÇAISE DU 17 NOVEMBRE 2009

Arrêté du 6 novembre 2009 relatif à l'initiation des personnes non médecins à l'utilisation des défibrillateurs automatisés externes.

- Art. 1^{er}** – L'utilisation d'un défibrillateur automatisé externe par des personnes non médecins en cas d'arrêt cardiaque repose sur des gestes simples pour lesquels une initiation courte et pratique est de nature à augmenter le taux de survie des victimes.
- Art. 2** – Cette initiation, non obligatoire, a pour objet l'acquisition par la population des connaissances nécessaires à :
- identifier les signes permettant de reconnaître un arrêt cardiaque ;
 - réaliser, auprès d'une victime d'un arrêt cardiaque, les gestes permettant d'augmenter les chances de survie.
- Art. 3** – Cette initiation est dispensée par les formateurs en premiers secours des associations agréées ou des organismes habilités à l'enseignement du secourisme, des enseignants des centres d'enseignement des soins d'urgence et les professionnels de santé dont l'éducation et la prévention font partie de leur domaine de compétences. Sa durée est au maximum d'une heure. Elle est réalisée en groupes de dix à douze personnes afin que chacune d'elles puisse pratiquer, elle-même, les gestes adaptés en situation de simulation. Elle ne donne lieu à aucune délivrance de diplôme ou d'attestation.
- Art. 4** – Les connaissances à acquérir concernent les domaines suivants :
- les mécanismes physiopathologiques de l'arrêt cardiaque : rappel bref ;
 - la reconnaissance d'un arrêt cardiaque : théorie et pratique ;
 - la conduite à tenir devant un arrêt cardiaque (appeler – masser – défibriller) : démonstration pratique.


SMI, votre partenaire santé



Grâce aux contrats complémentaire santé mis à la disposition des judokas, bénéficiez des garanties spécifiques liées à la pratique du judo (bandages, genouillères, coudières, etc...)



Mutuelle certifiée

Partenaire officiel 

SMI
Service Marketing – Section Judo
2, rue de Laborde - 75374 Paris Cedex 08
Tél. : 01 44 69 10 12

www.mutuelle-smi.com