



REGIE RÉGIONALE  
DE LA SANTÉ ET DES  
SERVICES SOCIAUX  
CHAUDIÈRE-  
APPALACHES

DIRECTION DE SANTÉ PUBLIQUE

Février 2004

Numéro 20

# *Pour* SECOURISTES *seulement...*

Bulletin d'information pour secouristes en milieu de travail



*Produit par les  
infirmières des  
services de  
Santé du travail  
de la région  
Chaudière-  
Appalaches*

DANS CE NUMÉRO

*Les  
saignements  
de nez*





# Qu'est-ce que le saignement de nez (épistaxis) ?

Rupture d'un vaisseau sanguin causant un écoulement de sang par le nez. Cet écoulement peut être plus ou moins abondant et avoir différentes causes :

- Traumatisme externe ou interne;
- Se moucher vigoureusement ou éternuer;
- Sécheresse de l'air;
- Médication qui éclaircit le sang  
ex : anticoagulant, AAS (Aspirine);
- Allergies, infections, irritations dues à un rhume;
- Tension artérielle élevée;
- Inhalation d'une substance irritante.

*Certains produits ou  
procédés utilisés en usine  
comme les solvants, les colles  
sous pression ou l'électroplacage  
peuvent causer des  
saignements de nez*



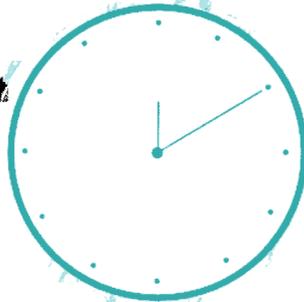
## QUOI FAIRE ?



- ✓ Se protéger avec des gants;
- ✓ Faire asseoir la victime la tête légèrement penchée vers l'avant pour empêcher que le sang soit aspiré ou avalé;
- ✓ Desserrer ses vêtements au niveau du cou;
- ✓ Demander de respirer par la bouche;
- ✓ Exercer une pression constante avec le pouce et l'index juste en bas de la partie osseuse du nez pendant 10 minutes.
- ✓ La force doit être suffisante, sans être excessive et au bon endroit.



***Éviter de relâcher la pression afin de permettre la formation d'un caillot***



***10 minutes***



## ***EN PRÉSENCE D'UN SAIGNEMENT PERSISTANT :***

Si le saignement persiste après 10 minutes poursuivre la compression.

Appliquer des compresses froides instantanées à la base du nez et sur la nuque.

## ***SIGNE D'UN ÉCOULEMENT ABONDANT :***

- La victime avale du sang dans l'arrière-gorge;
- Écoulement par les deux narines.

## ***ATTENTION :***

FAIRE CRACHER LE SANG QUI  
COULE DANS L'ARRIÈRE-GORGE

Toujours diriger vers l'urgence une personne qui présente un saignement abondant ou qui persiste plus de 30 minutes malgré vos interventions.



Les personnes souffrant de :

Artériosclérose;  
Tension artérielle élevée;  
Trouble de coagulation;

peuvent être plus vulnérables  
aux saignements de nez  
persistants ou abondants.

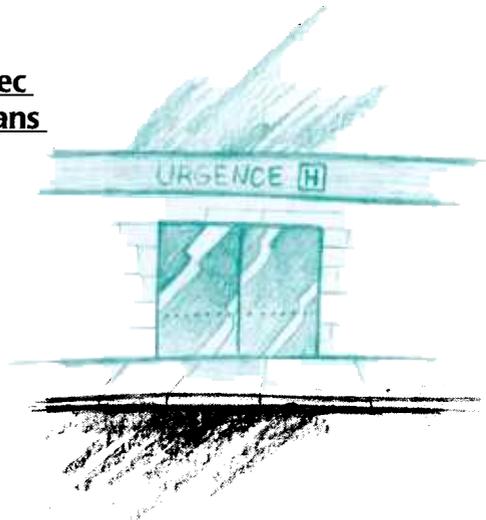
## *S'il s'agit d'un traumatisme au nez avec ou sans signe de fracture*

### *Signes de fracture du nez :*

Oedème important;  
Ecchymose;  
Déformation.

### *Quoi faire ?*

- +** Laisser le sang s'écouler de façon à ne pas obstruer les voies respiratoires ;
- X** Ne pas faire de compression sur le nez pour éviter d'aggraver la blessure ;
- +** Absorber l'écoulement avec des compresses de gaze sans exercer de pression ;
- +** Diriger vers le centre hospitalier.



### *Toujours suspecter une fracture du crâne :*

Si on observe un écoulement de sang par le nez ou par les oreilles, après une chute ou un traumatisme à la tête.

## PRÉCAUTIONS

Dès que le saignement cesse, informer la victime des précautions suivantes :

- Éviter de se moucher, de se frotter le nez ou d'y porter les doigts pendant quelques heures;
- Diminuer les activités intenses ou exténuantes durant les 30 prochaines minutes;



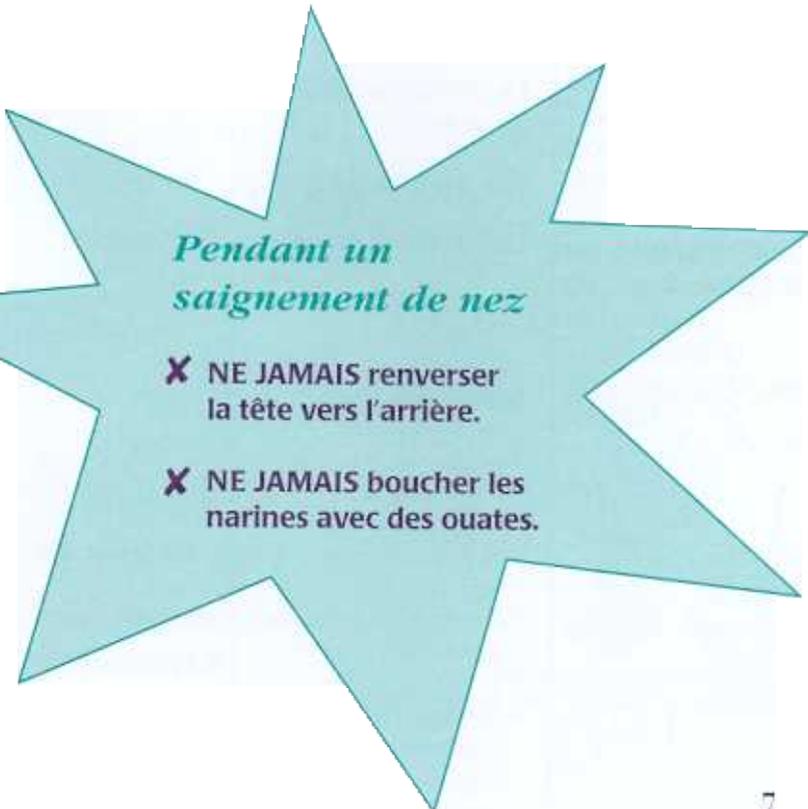
- Éviter également de boire des liquides très chauds.

*La victime qui a avalé du sang pourrait avoir des selles noires dans les jours suivants.*

## *Saviez-vous que ...*

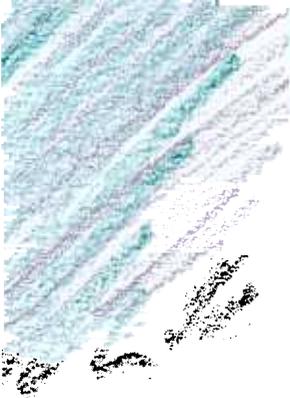
***Des mesures simples peuvent aider à diminuer la fréquence des saignements de nez :***

- ✓ Maintenir un taux d'humidité entre 40 et 50 % ;
- ✗ Éviter de se moucher vigoureusement ;
- ✓ Se moucher une narine à la fois ;
- ✓ Éternuer la bouche ouverte.



### *Pendant un saignement de nez*

- ✗ NE JAMAIS renverser la tête vers l'arrière.
- ✗ NE JAMAIS boucher les narines avec des ouates.



# INFO *flash*

**CLSC Beauce-Sartigan**  
*Saint-Georges*  
(418) 228-6272  
Fax: (418) 228-8963

*Sainte-Marie*  
(418) 387-4298  
Fax: (418) 386-3389

**CLSC Frontenac**  
(418) 338-4545  
Fax: (418) 338-6565

**Centre de santé**  
**Paul-Gilbert**  
(418) 380-2070  
Fax: (418) 839-9161

**Les CLSC et CHSLD de**  
**la MRC de Montmagny**  
*Montmagny*  
(418) 248-9143  
Fax: (418) 248-5079

## ***Avez-vous élaboré un protocole de transport des blessés ?***

Voici les questions pertinentes :

A-t-on besoin d'une ambulance ?

Qui appelle le service ambulancier ?

Qui va à la rencontre des ambulanciers ?

Où doivent se présenter les ambulanciers ?

La personne blessée peut-elle être transportée en auto ?

Qui accompagne la personne blessée ?

Qui avise la famille de la personne blessée ?

### Références :

- *Secourismes en milieu de travail, 5ième édition, CSST, 2002.*
- *Vademecum clinique, Masson, 16e édition, 2001.*
- *Répertoire des protocoles infirmiers, Info-Santé CLSC, juillet 2003.*
- *Protocole d'évacuation et de transport des blessés, communication avec les services de premiers soins et affichage, fiche numéro trois, Mauricie et du Centre-du-Québec, 1999.*

ISSN 1205-5883

Dépôt légal - 2<sup>e</sup> trimestre 1996  
Bibliothèque Nationale du Canada  
Bibliothèque Nationale du Québec  
Idée originale du CLSC  
La Guadeloupe