

Résumé des éléments de la RCR de haute qualité pour les dispensateurs de SIR

Élément	Adultes et adolescents	Enfants (de 1 an à la puberté)	Nourrissons (âgés de moins d'1 an, à l'exception des nouveau-nés)
Sécurité du site	Assurez-vous de la sécurité des lieux pour les secouristes et la victime		
Identification de l'arrêt cardiaque	<p>Vérifiez l'état de conscience</p> <p>Absence de respiration ou respiration agonale uniquement (c.-à-d. absence de respiration normale)</p> <p>Pas de pouls détecté en 10 secondes</p> <p>(On peut vérifier simultanément la respiration et le pouls en moins de 10 secondes)</p>		
Activation du système d'intervention d'urgence	<p>Si vous êtes seul et que vous n'avez pas de téléphone cellulaire, laissez la victime pour activer le système d'intervention d'urgence et obtenez un DEA avant de débiter la RCR</p> <p>Ou bien envoyez quelqu'un et commencez immédiatement la RCR; utilisez un DEA dès qu'il est disponible</p>	<p>Perte de conscience devant témoin Suivez les étapes pour adultes et adolescents indiquées à gauche</p> <p>Perte de conscience sans témoin Effectuez la RCR pendant 2 minutes</p> <p>Quittez l'enfant ou amenez le nourrisson avec vous pour activer le système d'intervention d'urgence et obtenez un DEA</p> <p>Revenez auprès de l'enfant ou du nourrisson et reprenez la RCR; utilisez le DEA dès qu'il est disponible</p>	
Rapport compression/ventilation sans intubation	1 ou 2 secouristes 30:2	1 secouriste 30:2	2 secouristes ou plus 15:2
Rapport compression/ventilation avec intubation	Compressions continues à une fréquence de 100 à 120/min 1 ventilation toutes les 6 secondes (10 ventilations/min)		
Fréquence des compressions	100 à 120 compressions par minute		
Profondeur des compressions	Au moins 5 cm (2 pouces)	Au moins 1/3 du diamètre AP du thorax Environ 5 cm (2 pouces)	Au moins 1/3 du diamètre AP du thorax Environ 4 cm (1,5 pouce)
Positionnement des mains	Placez les deux mains sur la moitié inférieure du sternum	Placez les deux mains ou une seule main (optionnel pour les enfants très jeunes) sur la moitié inférieure du sternum	<p>1 secouriste Placez deux doigts au centre du thorax du nourrisson juste sous la ligne inter-mammaire</p> <p>2 secouristes ou plus Placez les mains au centre du thorax de sorte que les pouces encerclent le thorax, juste sous la ligne inter-mammaire</p>
Relaxation thoracique	Permettez une relaxation thoracique totale après chaque compression; n'appuyez pas sur le thorax entre deux compressions		
Réduire au minimum les interruptions	Limitez les interruptions à moins de 10 secondes pendant les compressions thoraciques		

* La profondeur des compressions doit être inférieure à 6 cm (2,4 pouces).

Abréviations : DEA = défibrillateur externe automatisé, AP = antéro-postérieur, RCR = réanimation cardiorespiratoire.