

LES GESTES QUI SAUVENT :

LE PLONGEUR INCONSCIENT

Ce qu'il y a de bien finalement avec l'apprentissage des situations d'urgence, c'est qu'on s'applique à voir et revoir des procédures qu'on préférerait ne jamais avoir besoin d'appliquer. En plongée tek, on appelle ça le "what if?", le que-faire-si? Cette approche vise à disposer de solutions pour à peu près tous les problèmes prévisibles et dont le risque est bien présent, ce qui fait par exemple que nul ne remet en cause en plongée le partage d'air ou la remontée assistée, chacun y voit une logique et peut se projeter dans la situation. Mais comment réagiriez-vous devant un plongeur ayant perdu connaissance, immobile en semi-suspension sur le fond? C'est une chose que d'assister un plongeur qui ne demande pas mieux que de l'être. Mais face à l'absence de réaction, ou même peut-être de respiration, quel sera le bon réflexe à avoir?



1. Cherchez à attirer l'attention du plongeur pour déterminer son état de conscience

LES CAUSES

1) LA PERTE DE CONNAISSANCE INEXPLIQUÉE :

Un malaise dont la source peut être liée à diverses pathologies allant de la syncope à la blessure d'origine marine amène un

plongeur à perdre connaissance, probablement en lien avec une chute brutale de sa tension. Le plongeur perd connaissance mais continue à respirer, la cause du malaise n'est pas flagrante.

Votre comportement : Inutile de tergiverser pour chercher à comprendre ce qui s'est passé,

le problème ne sera vraisemblablement pas résolu sous l'eau, donc la remontée doit être entamée immédiatement. Attention néanmoins à tenir compte de l'état du plongeur, de possibles défaillances du système cardio-respiratoire : cette remontée doit se faire à un tempo normal afin d'éviter une pathologie supplé-

mentaire causée par une évacuation de l'azote défaillante durant la remontée.

2) LA PERTE DE CONNAISSANCE HYPEROXIQUE :

Notre organisme est conçu pour tolérer certaines variations dans la pression partielle d'oxygène

respirée. Les limites établies par la physiologie sont situées entre 0,17 bar et 1,6 bar, ce qui correspond à une profondeur de 60 m à l'air, 40 m avec un Nitrox 32 et 34 m avec un Nitrox 36. Au-delà de cette pression partielle, l'oxygène présente un risque réel de toxicité (effet Paul Bert) qui se traduit par une crise convulsive, la perte de connaissance, une possible perte du détendeur et donc la noyade si aucun plongeur n'intervient.

Votre comportement : La solution semble venir d'une remontée d'au moins quelques mètres, puisque c'est en abaissant sa pression partielle d'oxygène qu'on sortira le plongeur inconscient de la crise hyperoxique. Néanmoins, ce type de crise présente la particularité de se dérouler à travers trois phases distinctes dont il faut tenir compte pour la remontée :

1. phase tonique : de 30 secondes à 2 minutes accompagnées de contractions musculaires généralisées, un arrêt ventilatoire éventuel et/ou une perte de connaissance – il ne faut pas remonter le plongeur durant cette phase sous peine de l'exposer à une surpression pulmonaire due au blocage de la glotte.

2. phase clonique : de 2 à 3 minutes accompagnées de convulsions ainsi qu'une ventilation irrégulière – on peut alors remonter le plongeur en ayant une attention particulière sur son expiration.

3. phase résolutive : de 5 à 30 minutes accompagnées d'un relâchement musculaire, un retour progressif de l'état conscient, des signes de confusion, voire d'agitation – le positionnement par

l'arrière permet de limiter l'exposition du sauveteur à des réactions intempestives.

LA TECHNIQUE

La première étape est de chercher à déterminer si le plongeur est réellement inconscient ou simplement en train d'étudier la vie intime des grains de sable. Pour cela, tapoter son épaule, passer la main devant le masque, secouer le bloc par la robinetterie. Face à l'absence de réaction, et toujours en tenant compte des cas de figures possibles, la priorité est de maintenir en bouche le détendeur de la victime : une prise par l'arrière, en passant le bras droit sous l'aisselle droite de la victime, permet de venir gentiment poser la main sur le détendeur pour le maintenir en bouche sans le forcer et orienter la tête du plongeur inconscient vers la surface de manière à assurer

une bonne ouverture des voies aériennes durant la remontée. Afin de gérer la flottabilité des deux plongeurs de manière sécuritaire, le sauveteur se sert du direct système de la victime : si pour quelque raison que ce soit les plongeurs sont séparés au cours de la remontée, le plongeur inconscient remontera en surface et le sauveteur ne sera pas sujet à une remontée intempestive. Assurant la victime par l'arrière, main droite sur le détendeur et main gauche sur le direct système, le sauveteur peut assurer une remontée sereine, tout en gérant aussi bien sa propre flottabilité que celle de la victime. Au terme de la remontée, le sauveteur peut établir une flottabilité positive sans mal et entamer les procédures de gestion en surface (qui feront l'objet du prochain article de cette série). La technique décrite ici a le mérite d'être



2. Passez votre main droite sous le bras de la victime et assurez le détendeur en bouche

simple, efficace, à la portée de plongeurs de niveau intermédiaire et plutôt sûre pour le plongeur sauveteur. Souvenons-nous néanmoins toujours en matière d'assistance que s'il y a bien souvent une "meilleure" approche, il n'y en a pour autant jamais qu'une seule.

LES ÉCOLES

Le secourisme : Toute organisation confondue, l'apprentissage du sauvetage en plongée passe aussi par l'acquisition des compétences de secourisme. Chez tout le monde aussi, cette formation appliquée à la plongée doit inclure en général la RCP (réanimation cardio-pulmonaire), les premiers soins, l'utilisation d'un défibrillateur semi-automatisé et l'oxygénothérapie. Et pour tous les orga-

nismes également, le but de cette formation est de dispenser les connaissances et les gestes qui permettront de limiter les atteintes à la victime en attendant l'intervention des services de secours professionnels. En France, ce brevet porte le nom de RIFAP, ou Réaction et Intervention Face à un Accident de Plongée ; pour PADI, ces compétences sont abordées sous la bannière EFR, ou Emergency First Response, une gamme modulaire offrant également des cours d'oxygénothérapie ; chez SSI, le programme React Right est pensé à 100 % pour les plongeurs et adresse d'emblée en un programme unique aussi bien le traitement des blessures liées à la vie marine que l'administration d'oxygène.

Le sauvetage en plongée : Dans le cursus français, ce type d'assistance fait partie des compétences autonomes accordées au Niveau 3 et inclut le passage d'épreuves avec remontée depuis des profondeurs pouvant aller jusqu'à 40 mètres. Chez PADI, le cours Rescue Diver, accessible aussitôt après l'Advanced Open Water, inclut les remontées assistées de tous types ; les profondeurs de formation recommandées sont situées entre 9 et 12 mètres. Pour SSI, le niveau Stress & Rescue est abordée comme un cours de spécialité qui peut être enseigné après l'obtention du niveau Open Water Diver ; en conséquence, les profondeurs d'entraînement sont autant dépendantes des techniques à maîtriser que du niveau d'expé-

rience du plongeur, et peuvent aller de 5 à 30 mètres.

L'ENTRAÎNEMENT

On ne répètera jamais assez le besoin de répéter encore et toujours les gestes de secourisme et de sauvetage. Dans les faits, les plongeurs qui seront un jour confrontés à une telle situation sont heureusement fort rares. Néanmoins, la seule manière d'assurer que les gestes fonctionneront sans mal le jour où vous serez confronté à un plongeur ayant perdu connaissance est de ne jamais considérer ces compétences comme acquises, et de ne pas hésiter à les passer en revue au moins une fois par an. Ce n'est pas par hasard que le RIFAP, l'EFR ou le React Right recommandent d'ailleurs tous une fréquence de recy-

clage maximale de deux ans. Il faut savoir également que les techniques (par exemple le défibrillateur) comme les directives en matière de secourisme (par exemple les ratios compression/ventilation en RCP) sont en constante évolution et que chaque recyclage permettra l'acquisition de nouvelles compétences ou la mise à jour des conduites à tenir selon les cir-

constances. Côté plongée, que vous soyez plongeur régulier ou occasionnel, la même règle prévaut : au moins une fois par an (idéalement au début de la haute saison), tout club, structure ou centre de plongée devrait offrir ce type de révision des gestes et de remise à niveau. Mais l'initiative peut aussi être votre : une fois les compétences acquises

en formation, rien n'empêche de les entraîner toute l'année en piscine ou, plus favorablement encore, dans une fosse d'au moins 10-15 m de profondeur afin de simuler des conditions de remontée et de flottabilité réelles. Dans l'absolu, un plongeur dont le brevet revendique ces compétences devrait être capable de les appliquer sans délai et sans défaut en cas d'ur-

gence. C'est dire s'il faut savoir se montrer à la hauteur de la responsabilité !

PHIL SIMHA

REMERCIEMENTS

À la fosse Go&Sea (Chênes-en-Semine, 74), toute son équipe et particulièrement Stéphane et Marie pour l'aide à la réalisation des images.



3. La main gauche manipule le direct système du plongeur inconscient



4. Dans cette position, la remontée est simple et confortable

LA PALANQUEE NEW'S

Le site incontournable !! Avant d'acheter pensez à cliquer !!
www.palanquee.com

Vente de matériel, Conseil, SAV Location, Gonflage Air/Nitrox + de 5000 articles en stock

Appelez les plongeurs avant d'acheter !!

SI VOUS TROUVEZ MOINS CHER AILLEURS APPELLEZ NOUS !!!!

04 67 68 04 10 magasin@palanquee.com

Ouvert toute l'année 360j./an

LA PALANQUEE NEW'S Av. Frédéric Fabrèges 34250 Palavas Les Flots