

Hypothermie

- soustraire la victime à la cause :
 - certaines circonstances nécessiteront l'intervention d'équipes spécialisées (équipe secours en montagne, GRIMP...) ;
 - mettre la victime à l'abri du vent ;
 - isoler la victime dans un endroit chaud (point chaud, refuge, habitation, véhicule, ambulance) afin d'éviter toute perte de chaleur supplémentaire par conduction ou convection ;
 - ôter les vêtements de la victime, surtout s'ils sont mouillés ou humides.
Cette opération doit se faire en prenant soin de mobiliser la victime délicatement et avec prudence (risque d'arrêt cardiaque brutal).
Si la mobilisation se révèle pénible ou douloureuse pour la victime, couper les vêtements.

La victime présente une détresse vitale

- la victime ne présente pas de signes de vie. Elle est inconsciente et ne respire plus ou présente un état de mort apparente :
 - appliquer la conduite à tenir devant une victime en arrêt cardiaque.
- Précautions particulières pour la RCP d'une victime hypotherme :
- rechercher la présence de signes de vie au moins pendant 1 minute,
La recherche de la ventilation ou du pouls d'une victime hypotherme est très difficile.
En cas de doute, débiter la RCP.
 - l'hypothermie entraîne une rigidité de la paroi thoracique,
Cette rigidité peut rendre plus difficiles les compressions et les insufflations thoraciques.
 - dès que la RCP est en cours, confirmer l'hypothermie en mesurant la température de la victime avec un thermomètre hypotherme s'il est disponible,
 - un cœur hypotherme peut ne pas réagir à une défibrillation,
Le nombre de défibrillations successives chez une victime qui présente une température < 30 °C doit être limité à 3 tant que la victime n'est pas réchauffée.
 - une RCP ne sera débutée que si l'équipe de secours se trouve dans des conditions de sécurité satisfaisante.
- la victime a perdu connaissance et respire, même très lentement :
 - appliquer la conduite à tenir devant une victime qui a perdu connaissance, même si elle respire lentement,
 - réchauffer la victime (voir ci-dessous).

La victime présente une hypothermie sévère ou modérée

- allonger la victime et la mobiliser avec précaution ;
- administrer de l'oxygène ;
- transmettre le bilan pour avis et assurer une évacuation rapide de la victime. Appliquer les consignes reçues ;
- réchauffer la victime (voir ci-dessous) ;
- surveiller attentivement la victime dans tous les cas ;
- réaliser toute mobilisation de la victime très prudemment et sans à-coups.

Les victimes qui présentent une hypothermie modérée ou sévère sont très instables et peuvent faire facilement un arrêt cardiaque.

La victime présente une hypothermie légère

- transmettre le bilan et respecter les consignes ;
- réchauffer la victime (voir ci-dessous) ;
- mobiliser la victime si vous n'avez pas de moyen de réchauffement et dans l'attente de secours complémentaires.

Réchauffement de la victime

Devant une victime consciente qui présente une hypothermie légère avec des frissons intenses, réaliser un réchauffement passif :

- envelopper complètement la victime dans une couverture en polyester ou en laine ;
- prendre soin de protéger les mains, les pieds et la tête de la victime ;
- il est possible d'utiliser en complément un autre des moyens suivants :
 - habiller la victime avec des vêtements chauds et secs,
 - envelopper la victime dans une feuille de papier bulle,
 - envelopper la victime dans une couverture isotherme (voire des journaux en l'absence d'autres moyens).

Devant une victime qui présente une hypothermie modérée ou sévère sans frisson, réaliser un réchauffement actif.

- envelopper la victime dans une couverture chauffante (40 à 42 °C) ;
- en l'absence de couverture chauffante, il faut installer près et autour du tronc (thorax, ventre) de la victime des poches d'eau tiède (bouillottes), des compresses chimiques d'application de chaud ou des briques chauffées.

Attention, il ne faut jamais appliquer directement le dispositif de chaud au contact de la peau de la victime, mais interposer une épaisseur de tissu suffisante pour prévenir toute brûlure.