

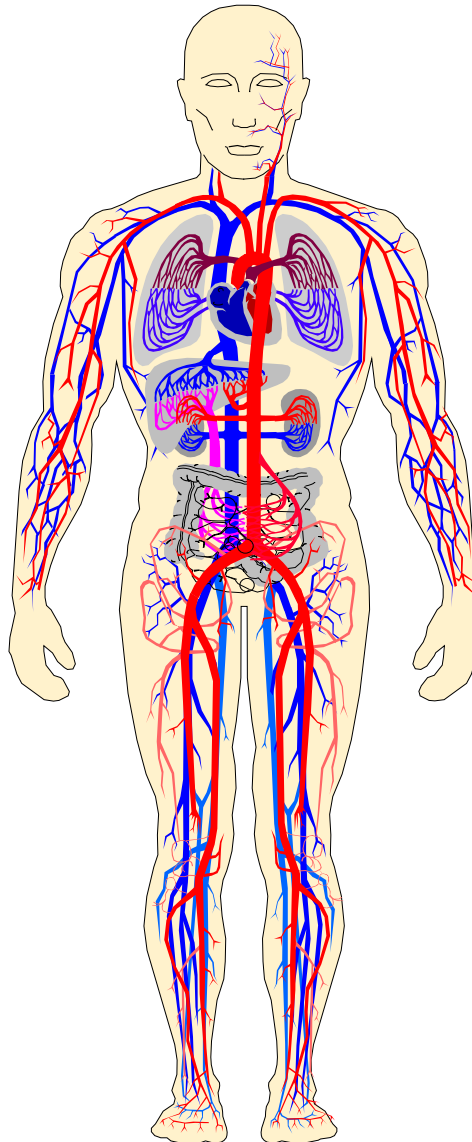
L'hypothermie

Les zones de perte de chaleur

La tête (Jusqu'à 50 %), Le cou,
Les flancs, L'aîne

La température du corps

Température du corps	Action sur le corps
37,5° à 36,5°	Température normale
Jusqu'à 31°	Frisson, Obnubilation, Confusion « profonde »
Jusqu'à 27°	Comas, Troubles cardiaques et respiratoires
En dessous de 27°	Peut provoquer un état de mort apparente
En dessous de 11°	Mort cellulaire irrémédiable



Manque d'oxygène au cerveau

3 Minutes	Pas de dommage
4 Minutes	Séquelles irréversibles
6 Minutes	Mort cellulaire

Temps de vie dans l'eau

Température de l'eau	Perte de connaissance	Mort
	Au bout de :	Au bout de :
25°	10 à 20 Heures	2 à 3 Jours
20°	5 à 8 Heures	Moins de 24 Heures
15°	2 à 4 Heures	6 à 8 Heures
10°	30 à 60 Minutes	1 à 2 Heures
0°	15 Minutes	15 à 20 Minutes

Trousse de secours du bord

Navigation en 5^e catégorie

Boîte de secours n° 1

Pansements tous préparés.	Antiseptique local de type ammonium quaternaire	Crème antiactinique	1 tube.
Grand modèle 1 boîte	1 tube.	1 bande Velpeau en 5 Cm de large.	
Petit modèle 1 boîte			

Navigation en 4^e catégorie

Boîte de secours n° 2

Pansements tous préparés.	Sulfamide ou antibiotique. De contact	Coton.	1 paquet
Grand modèle 1 boîte	1 flacon	Compresse en boîte	1 paquet
Petit modèle 1 boîte	Aspirine. 20 Comprimés	Alcool à 90°	125 cm ³
Antiseptique local de type ammonium quaternaire 1 tube.	Comprimés antinaupathiques. 20 Comprimés	Doigtier.	1.
	Collyre antiactinique	Bande Velpeau en 5 Cm de large	1
	1 flacon	Bande Velpeau en 25 Cm de large	1
	Crème antiactinique	1 Tube	

Navigation de la 1^{er} jusqu'en 3^e catégorie

Boîte de secours n° 3

Pansements tous préparés.	Collyre antiactinique.	Comprimés antidiarrhéiques.	20 comprimés
Grand modèle 1 boîte	1 Flacon	Antibiotique à large spectre, par voie buccale	
Petit modèle 1 boîte	Crème antiactinique	32 Comprimés dragéifiées.	
Antiseptique local de type ammonium quaternaire 1 tube.	Coton.	Antispasmodique.	
Sulfamide ou antibiotique de contact 1 flacon	Compresse en boîte	Comprimé ou ampoules injectables avec nécessaire à injection.	
Antihémorragique de contact 1 flacon	Alcool à 90°	Bandage costal.	1
Aspirine. 20 Comprimés	125 cm ³	Attelle gonflable (facultative)	1
Comprimés antinaupathiques. 20 Comprimés	Doigtier.	Bande Velpeau en 5 cm de large	2
	1		
	Bande Velpeau en 25 cm de large		
	1		
	Pansements gras pour brûlures.		
	1 boîte		



Commission sécurité et réglementation nautique.



Sensibilisation aux premiers secours

Fiche formateur

Importance de la formation

Sans diplôme (alerter et protéger).

Avec diplôme (alerter, protéger et intervenir si cela est nécessaire)

Trousse de secours N° 3

Explication des médicaments et des pommades.

Exercices pratiques

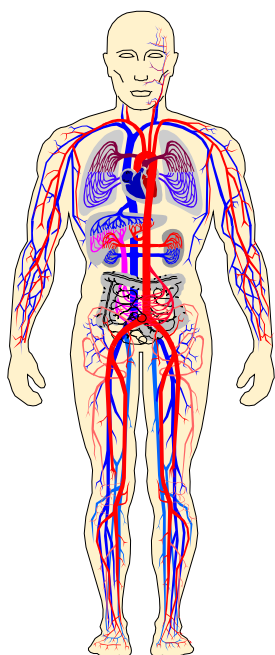
- Brûlures
- Fractures
- Plaies simples
- PLS

Sensibilisation aux premiers secours

Les secours sont loin de vous, vous serez donc la première intervention. **Mais nous ne sommes pas des médecins.**

Sans diplôme (alerter et protéger).

Avec diplôme (alerter, protéger et intervenir si cela est nécessaire)



Manque d'oxygène au cerveau

3 Minutes	Pas de dommage
4 Minutes	Séquelles irréversibles
6 Minutes	Mort cellulaire

Temps de vie dans l'eau

Température de l'eau	Perte de connaissance Au bout de :	Mort Au bout de :
25°	10 à 20 Heures	2 à 3 Jours
20°	5 à 8 Heures	Moins de 24 Heures
15°	2 à 4 Heures	6 à 8 Heures
10°	30 à 60 Minutes	1 à 2 Heures
0°	15 Minutes	15 à 20 Minutes

Navigation en 5 ^e catégorie Boîte de secours n° 1	Navigation en 4 ^e catégorie Boîte de secours n° 2	Navigation de la 1 ^{er} jusqu'en 3 ^e catégorie Boîte de secours n° 3
Pansements tous préparés.	Pansements tous préparés.	Pansements tous préparés.
Grand modèle 1 boîte	Grand modèle 1 boîte	Grand modèle 1 boîte
Petit modèle 1 boîte	Petit modèle 1 boîte	Petit modèle 1 boîte
Antiseptique local de type ammonium quaternaire 1 tube.	Antiseptique local de type ammonium quaternaire 1 tube	Antiseptique local de type ammonium quaternaire 1 tube.
Crème antiactinique 1 tube.	Sulfamide ou antibiotique. De contact 1 flacon	Sulfamide ou antibiotique de contact 1 flacon
1 bande Velpeau en 5 Cm de large	Aspirine. 20 Comprimés	Antihémorragique de contact 1 flacon
	Comprimés antinaupathiques. 20 Comprimés	Aspirine. 20 Comprimés
	Collyre antiactinique 1 flacon	Comprimés antinaupathiques. 20 Comprimés
	Crème antiactinique 1 Tube	Collyre antiactinique. 1 Flacon
	Coton. 1 paquet	Crème antiactinique 1 Tube
	Compresses en boîte 1 paquet	Coton. 1 Paquet
	Alcool à 90° 125 cm ³	Compresses en boîte 1 paquet
	Doigtier. 1.	Alcool à 90° 125 cm ³
	Bande Velpeau en 5 Cm de large 1	Doigtier. 1.
	Bande Velpeau e 25 Cm de large 1	Bande Velpeau en 25 cm de large 1
		Pansements gras pour brûlures. 1 boîte
		Comprimés antidiarrhéiques. 20 comprimés
		Antibiotique à large spectre, par voie buccale 32 Comprimés dragéfiés.
		Antispasmodique. Comprimé ou ampoules injectables avec nécessaire à injection.
		Bandage costal. 1
		Attelle gonflable (facultative) 1
		Bande Velpeau en 5 cm de large 2