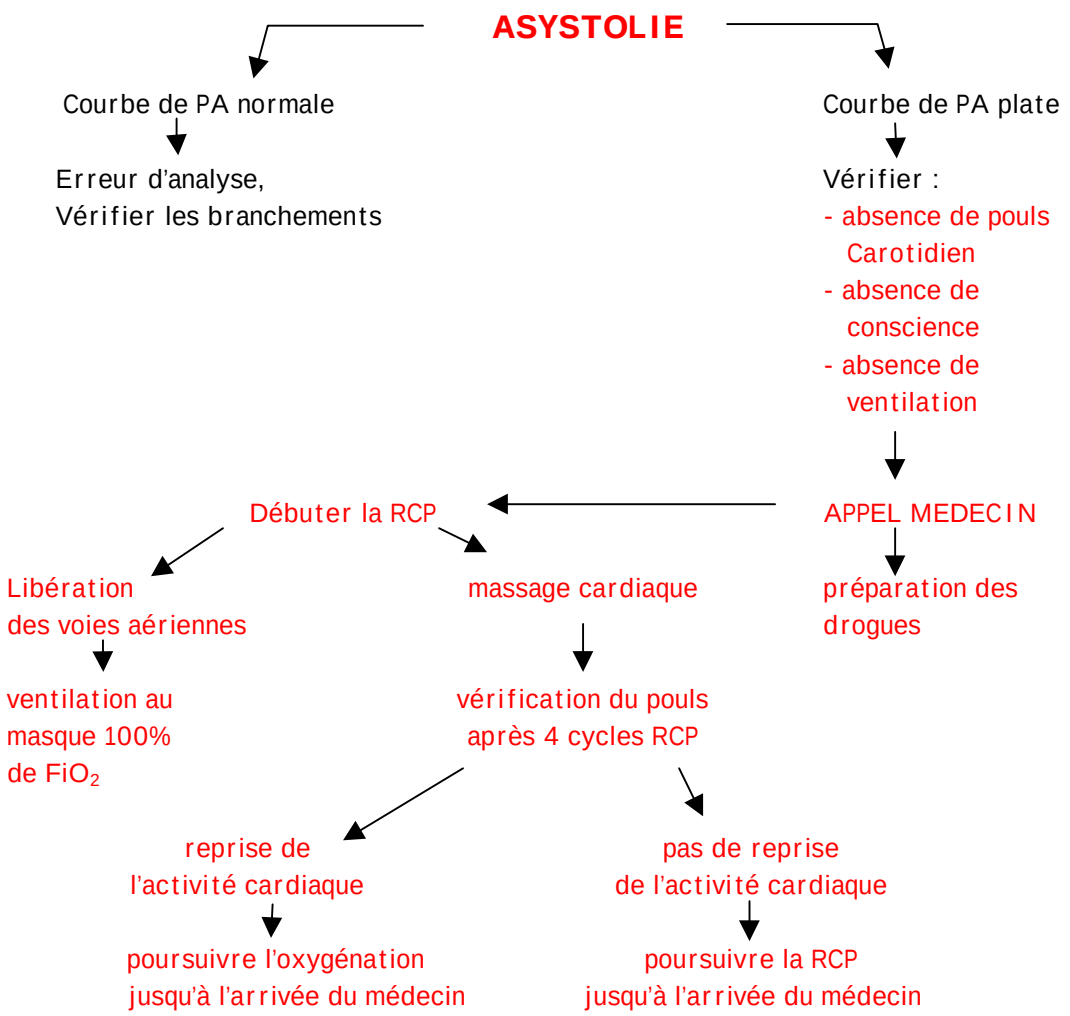

Technique de RCP :

- légère hyperextension de la tête
- mise en place d'une Guedel
- oxygène pur au ballon + masque
- fréquence insufflations de 10 à 12 c/min
- insufflations lentes
- expiration complète avant deuxième insufflation
- décubitus dorsal strict sur plan dur (planche massage)
- talon de la main en appui sur le milieu de la moitié inférieure du sternum, l'autre main posée sur la première, doigts relevés (réduction de la surface d'appui)
- compressions verticales, bras tendus, avec le poids du corps
- fréquence : 80 à 100 c/min
- arrêt des compressions au moment des insufflations
- A deux : 5 compressions/1 insufflation
- seul : 15 compressions/2 insufflations
- contrôle du pouls carotidien après les 4 premiers cycles puis toutes les 5 minutes
- arrêt de la RCP que si reprise activité ou ordre médecin