

APPLICATION DE FROID

M.O SUAP
FT 05 A 03

L'application de froid sur un traumatisme permet d'atténuer la douleur et de limiter le gonflement. Elle est réalisée chez une victime consciente qui présente un traumatisme d'une articulation (suspicion d'entorse de cheville, genou, coude, poignet) une contusion musculaire, un traumatisme osseux, avec ou sans fracture et en l'absence de plaie.



Personnels : 1 secouriste.



Matériels :

- ✓ Gants à usage unique
- ✓ Glace
- ✓ Poche de froid chimique



Points clés :

L'application de froid sur une zone douloureuse doit :

- être la plus rapide possible ;
- dépasser la zone douloureuse;
- l'application ne doit pas excéder 20 mins

Critères d'efficacité :

L'application de froid entraîne une diminution de la douleur et du gonflement sans désagrément pour la victime

Risques :

Cette technique ne doit pas être utilisée si :

- il existe une plaie au niveau de la contusion, de l'articulation ou de la fracture (fracture ouverte) ;
- la victime est inconsciente.

L'application de froid peut parfois provoquer:

- des réactions cutanées comme une rougeur ou une pâleur intense, l'apparition de petites cloques ;
- des gelures caractérisées par une peau « cartonnée » quand on la touche.

Si tel est le cas, l'application de froid doit être immédiatement interrompue et un avis médical demandé.



Réalisation:

POCHE DE FROID

Elle n'est efficace que si elle est à moins de 15 °C. Elle peut alors être additionnée de glaçons.
Si des serviettes éponges pliées, préalablement trempées dans l'eau et essorées sont appliquées autour de la blessure, elles sont renouvelées toutes les 2 minutes environ.



- Remplir une poche en plastique avec de l'eau et des glaçons, de la glace pilée ou de la neige.
- Chasser l'air (l'air empêche la transmission du froid).
- Fermer hermétiquement la poche.



- Envelopper la poche dans un linge (serviette, torchon).
- Appliquer la poche sur l'articulation.

PACK DE FROID INSTANTANÉ (chimique)



- Générer le froid, conformément aux préconisations du constructeur.
- Appliquer la compresse, de la même façon qu'une poche de glace.

L'utilisation des différents types de compresses doit respecter les recommandations du fabricant.