CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE ROUGE

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 4

OCOM M221.04 – DONNER LES PREMIERS SOINS DE BASE

Durée totale : 30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires pour l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-702/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant de donner la leçon.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour les PE1 à PE2 parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et démontrer les compétences que le cadet doit acquérir.

La méthode d'instruction par exécution a été choisie pour le PE3 parce qu'elle donne aux cadets l'occasion de pratiquer les premiers soins de base sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit donner les premiers soins de base pour des plaies mineures et des brûlures du premier degré.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets soient capables de traiter les plaies mineures et les brûlures du premier degré en campagne. L'instruction sur les premiers soins de base fournit aux cadets les connaissances et les compétences de base qui, si elles sont appliquées correctement, peuvent prévenir d'autres blessures et de l'inconfort au blessé.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Savoir quoi faire est important pendant une situation de premiers soins. Cependant, les cadets doivent avoir recours à un secouriste qualifié lorsqu'une blessure survient.

Point d'enseignement 1 **Identifier et traiter les plaies mineures**

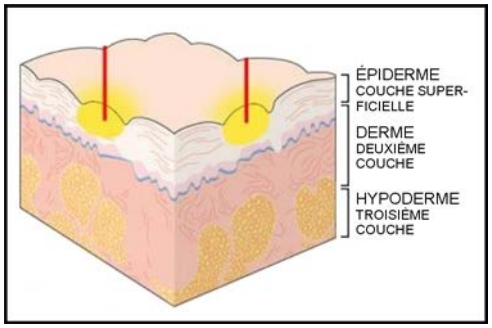
Durée : 5 min Méthode : Démonstration

PLAIES MINEURES

Les plaies mineures sont celles qui n'ont pas de saignement grave. Les plaies saignantes peuvent être internes (à l'intérieur du corps) ou externes (à l'extérieur du corps). Certaines plaies saignantes communes sont :

- les éraflures et les écorchures; et
- les coupures.

La plupart des plaies saignantes externes peuvent être graves. Il y a toujours un risque d'infection quand la couche superficielle de la peau est brisée. Savoir comment identifier et traiter les plaies mineures est essentiel pour réduire le risque d'infection ou d'aggravation.



Irishhealth.com. Extrait le 17 mars 2007 du site http://irishhealth.com/indez.html?level=4&con=467

Figure 1 Couches de la peau

Éraflures et écorchures

Les éraflures sont localisées sur la couche superficielle de la peau. Elles surviennent quand la peau est éraflée ou enlevée en raison de la friction, elles sont souvent douloureuses. La peau peut saigner de petite quantité de sang.

Coupures

Les coupures sont des brisures sur la première ou la deuxième couche de la peau. Il y a souvent un peu de saignement qui survient.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



TheFatManWalking.com. Extrait le 6 mars 2007 du site http://www.thefatmanwalking.com/page/65492/;jsessionid=mni5xlvqdm9

Figure 2 Écorchure de la jambe

TRAITEMENT DES PLAIES MINEURES

Les soins d'urgence pour traiter les plaies mineures ont trois objectifs de base :

- contrôler le saignement;
- prévenir d'autre blessure; et
- réduire le risque d'infection.



Un cadet devrait aider avec la démonstration des principes de nettoyage et de traitement d'une plaie.

Suivre les principes énumérés ci-dessous lors du nettoyage et du traitement d'une plaie mineure pour prévenir l'infection.

1. Se laver les mains avec du savon et de l'eau et mettre des gants, si disponibles.

2. Ne pas tousser ou respirer directement sur la plaie.

3. Exposer entièrement la plaie, sans y toucher.

4. Laver doucement les impuretés de la surface de la plaie. Laver et sécher la peau autour de la blessure avec un pansement propre, nettoyer la plaie avec un gaze propre en essuyant du centre jusqu'au bord de la plaie. (Une crème antibiotique peut être utilisée sur des plaies et des éraflures superficielles).

5. Couvrir la plaie rapidement avec un pansement stérilisé.

6. Fixer au moyen de ruban adhésif le pansement en place.

7. Enlever et jeter les gants et se laver les mains et toute autre partie de la peau qui peut avoir été en contact avec le sang de la victime.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100208_4.htm

Figure 3 Laver une plaie



Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100208_4.htm

Figure 4 Panser et enrubanner la plaie

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

Q1. Quelle couche de la peau peut être affectée par une plaie mineure?

Q2. Quelle est la première chose à faire avant le traitement d'une plaie mineure?

Q3. Quel mouvement doit-on utiliser, quand on lave la plaie?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'épiderme ou la couche superficielle peut être affectée par une plaie mineure.

R2. Se laver les mains avec du savon et mettre des gants.

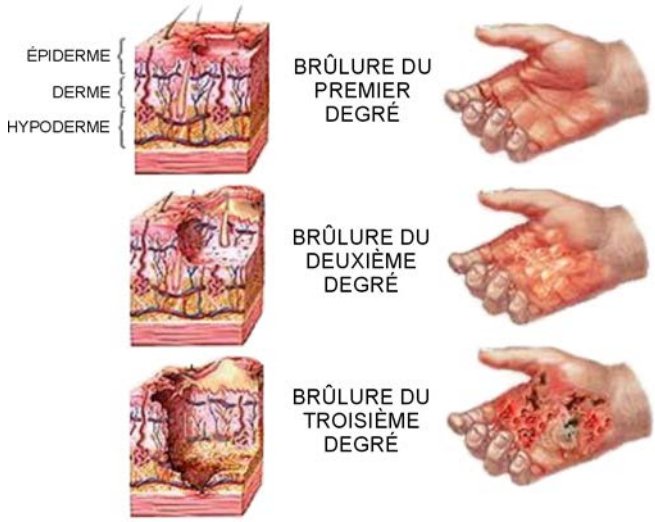
R3. Essuyer à partir du centre de plaie jusqu'au bord de la plaie.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Point d'enseignement 2 **Identifier les types de brûlures et traiter les brûlures du premier degré**

Durée : 10 min Méthode : Démonstration

TYPES DE BRÛLURES



Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100208_4.htm

Figure 5 Types de brûlures



Demander aux cadets de d'énumérer des signes et des symptômes des différents types de brûlures.

Brûlures du premier degré

Ces brûlures sont aussi appelées des brûlures superficielles et affectent seulement la couche supérieure de la peau. Les liquides chauds et le soleil en sont les principales causes.

Les signes et les symptômes d'une brûlure du premier degré comprennent :

- une peau rosâtre-rougeâtre;
- une légère enflure;
- une douleur faible à modérée de la zone; et
- une peau sèche et endolorie.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Trip Report-World Championship in Japan. Extrait le 17 mars 2007 du site http://homepages.paradise.net.nz/mischief/cp_japan_trip_report.html

Figure 6 Brûlure du premier degré

Les cadets qui ont eu un coup de soleil ont eu une brûlure du premier degré.

Brûlures du deuxième degré

Ces brûlures affectent la deuxième couche de la peau. Les liquides chauds, le soleil, les produits chimiques et le feu en sont les principales causes.

Les signes et les symptômes d'une brûlure du deuxième degré comprennent :

- une peau humide et à vif;
- une peau colorée qui peut varier de blanche à rouge cerise;
- des ampoules contenant du liquide clair; et
- une douleur extrême dans cette zone.



Sickkids.ca. Extrait le 6 mars 2007 du site http://www.sickkids.ca/plasticsurgery/section.asp?s=Burns&sID=4489&ss=About+Burns&ssID=4496

Figure 7 Brûlure du deuxième degré

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Brûlures du troisième degré

Ces brûlures affectent la troisième couche de la peau et peuvent s'étendre jusqu'au muscle. Le contact avec des sources de chaleur extrême (p. ex. des liquides et solides chauds, une flamme directe, des produits chimiques) et l'électricité en sont les principales causes.

Les signes et les symptômes d'une brûlure du troisième degré comprennent :

- une peau sèche et comme du cuir;
- une peau de couleur blanche nacrée; tannée, grise ou noire carbonisée;
- les vaisseaux sanguins ou les os peuvent être visibles;
- un peu ou aucune douleur (les nerfs sont détruits);
- des problèmes de respiration; et
- un état de choc.



Sickkids.ca. Extrait le 6 mars 2007 du site http://www.sickkids.ca/plasticsurgery/section.asp?s=Burns&sID=4489&ss=About+Burns&ssID=4496

Figure 8 Brûlure du troisième degré

TRAITEMENT DES BRÛLURES DU PREMIER DEGRÉ



Il faut amener toutes les victimes de brûlures immédiatement à un secouriste qualifié.

Un cadet devrait aider avec la démonstration des principes de nettoyage et de traitement d'une brûlure.

Brûlures de chaleur

Ces brûlures sont les types de brûlures les plus communs et sont causés par des sources de chaleur telles que les flammes des réchauds, des fanaux et des feux. Une échaudure est une brûlure de chaleur causée par du liquide chaud ou de la vapeur.

Pour traiter une brûlure de chaleur :

1. Immerger la brûlure dans l'eau fraîche (si ce n'est pas possible, rincer la brûlure à l'eau fraîche et couvrir avec un linge propre et humide).

2. Laisser refroidir la brûlure jusqu'à ce que la douleur soit réduite.

3. Éviter la zone affectée.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

4. Quand la douleur a été réduite, couvrir la brûlure avec un pansement propre et exempt de peluche.
5. Obtenir de l'aide médicale, au besoin.



Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100213_1.htm

Figure 9 Refroidir la brûlure



Medline Plus, Medical Encyclopedia. Extrait le 19 mars 2007 du site http://www.nlm.nih.gov/medecineplus/ency/presentations/100213_1.htm

Figure 10 Panser la brûlure

Coups de soleil. Ces brûlures sont aussi appelées brûlures par irradiation. Les coups de soleil sont causés par une surexposition à la lumière du soleil et peuvent être prévenus en portant un écran solaire avec un facteur élevé de protection solaire (FPS), des manches longues et des chapeaux à large rebord. Les coups de soleil varient de légers à grave.

FPS indique la période qu'une personne peut être exposée à la lumière du soleil en utilisant un écran solaire avant d'avoir un coup de soleil. Par exemple, une personne qui devrait normalement brûler après 12 minutes au soleil devrait s'attendre à brûler après 120 minutes si elle est protégée par un écran solaire avec un FPS 10.

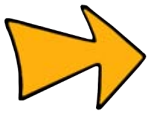
Plus le FPS est élevé, plus de protection un écran solaire offre contre les rayons ultraviolets (UV).

Pour traiter un léger coup de soleil :

- chercher l'ombre;
- éponger doucement la zone avec de l'eau fraîche;
- couvrir la zone d'une serviette humide froide;
- répéter au besoin pour réduire la douleur;
- assécher en tapotant la peau;

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

- appliquer une lotion médicamentée pour coup de soleil (onguent); et
- obtenir de l'aide médicale, au besoin.



Il ne faut pas percer les ampoules causées par les coups de soleil.

La fièvre et le vomissement indiquent un coup de soleil grave et il faut obtenir de l'aide médicale immédiatement.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

Q1. Quel est la brûlure du premier degré la plus commune qu'un cadet peut souffrir?

Q2. Nommez deux signes ou symptômes d'une brûlure du troisième degré.

Q3. Quel est la première chose à faire dans le cas d'une brûlure de chaleur?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. Le coup de soleil.

R2. Une peau sèche, comme du cuir, blanche nacrée, beige, grise ou noire carbonisée; des vaisseaux sanguins ou des os peuvent être visibles; un peu ou aucune douleur (les nerfs sont détruits); des problèmes de respiration et un choc.

R3. Immerger la brûlure dans l'eau fraîche, rincer la brûlure avec de l'eau fraîche et appliquer un chiffon humide. La brûlure devrait être rafraîchie jusqu'à ce que la douleur soit réduite.

Point d'enseignement 3 **Donner les premiers soins de base**

Durée : 10 min Méthode : Démonstration

ACTIVITÉ

OBJETIVE

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de donner les premiers soins de base sur des plaies et brûlures mineures simulées.

RESSOURCES

- Gaze.
- Gants.
- Ciseaux.
- Pansement stérile.
- Ruban.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

S.O.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Diviser les cadets en paires.

2. Demander à un cadet de donner les premiers soins dans le cas d'une plaie mineure (bras ou main) et ensuite, demander aux autres cadets de donner les premiers soins dans le cas d'une brûlure (bras ou main).

3. Passer parmi les paires et apporter des corrections au besoin.

4. Une fois l'activité terminée, réviser les procédures pour le traitement d'une plaie mineure et une brûlure du premier degré.

MESURES DE SÉCURITÉ

S.O.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à l'activité en classe du PE3 servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Dans les expéditions, les blessures peuvent survenir rapidement et sans avertissement. La capacité de réagir rapidement en donnant de l'aide sur les lieux aide à réduire le niveau d'inconfort de la personne blessée jusqu'à ce que l'aide médicale soit disponible.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

S.O.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C0-102 (ISBN 1-894070-56-9) L'Ambulance St-Jean. (2006). *Instruction sur les premiers soins : First on the Scene Student Reference Guide*, Ottawa, ON, St. John Ambulance.

C0-123 L'Ambulance St-Jean Canada. (2004). *Seasonal Safety Tips: September 2004 Be Casual, Not a Casualty*. Extrait le 27 février 2007, du site http://www.sja.ca/English/safety_tips/September.asp.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-702/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-702-PF-002/A-CR-CCP-702-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.