

Annexe D

Modèle du contenu des trousse de premiers soins

CONTENU DE LA TROUSSE DE PREMIERS SOINS PORTATIVE

Pour connaître le contenu de la trousse de premiers soins de l'école, consulter la politique du conseil scolaire.

Les articles suivants doivent se trouver dans la trousse de premiers soins du poste de secours accessible au gymnase :

CISEAUX

- 1 paire de ciseaux tout usage
- 1 pince à échardes

BANDAGES, PANSEMENTS ET RUBAN ADHÉSIF

- 12 bandages triangulaires
- 12 rouleaux de bande de gaze de 4 cm (1,5 po)
- 2 rouleaux de rembourrage pour attelles
- 2 rouleaux de ruban adhésif
- 48 compresses de gaze stérile
- 6 compresses stériles pour pansement compressif, enveloppées séparément
- 8 rouleaux de bande de gaze de 10 cm (4 po), enveloppés séparément
- 8 rouleaux de bande de gaze de 8 cm x 8 cm (3 po x 3 po)
- attelles de diverses tailles
- bandages adhésifs, enveloppés séparément (grandeurs variées)

GLACE

- 1 sac à glace en caoutchouc ou des sacs de plastique et l'accès à de la glace ou à une compresse de gel glacé

DIVERS

- 1 couverture
- 1 manuel de secourisme de l'Ambulance Saint-Jean
- 1 masque à air à une voie
- 15 lingettes antiseptiques
- 2 bandages de contention de 10cm (4 po)
- 2 bandages de contention de 5cm (2 po)
- 24 épingles de sûreté (petites et grandes)
- 3 paires ou plus de gants sans latex (Nitrile)
- Outil de reconnaissance d'une commotion cérébrale (par exemple, l'Annexe C-2 - Modèle d'outil de reconnaissance d'une commotion cérébrale soupçonnée)

MODÈLE DE CONTENU DE LA TROUSSE DE PREMIERS SOINS POUR LES INSTALLATIONS À L'EXTÉRIEUR DU TERRAIN DE L'ÉCOLE

CISEAUX

- 1 paire de ciseaux tout usage ou 1 pince

BANDAGES, PANSEMENTS ET RUBAN ADHÉSIF

- 1 compresse stérile pour pansement compressif, enveloppée séparément
- 1 rouleau de bande de gaze

- 1 rouleau de ruban adhésif
- 12 bandages adhésifs
- 2 bandages triangulaires

GLACE

- L'accès à de la glace et 1 sac auto-scellant en plastique ou 4 compresses froides instantanées

DIVERS

- 1 bandage de contention de 10cm (4 po)
- 1 bandage de contention de 5 cm (2 po)
- 1 manuel de secourisme en format de poche
- 3 paires ou plus de gants sans latex (Nitrile)
- 5 lingettes antiseptiques
- numéros de téléphone d'urgence
- Outil de reconnaissance d'une commotion cérébrale (par exemple, l'Annexe C-2 - Modèle d'outil de reconnaissance d'une commotion cérébrale soupçonnée)

MODÈLE DE CONTENU DE LA TROUSSE DE PREMIERS SOINS POUR LE PLEIN AIR

- Déterminer la quantité selon la destination et la durée du voyage

BANDAGES, PANSEMENTS ET RUBAN ADHÉSIF

- bandage élastique
- bandage triangulaire et épingles de sûreté
- bandages adhésifs - grandeurs variées

- bandages de contention (grandeurs variées)
- compresses absorbantes
- compresses de gaze non-adhérentes
- coussins hémostatiques stériles
- pansements pour jointure
- rouleau de ruban adhésif
- rouleaux de gaze

DIVERS

- attelle de bras
- attelles de doigt
- ciseaux
- compresse oculaire
- compresses froides instantanées
- couverture thermique
- crayon lumineux et piles de rechange
- gants d'examen (sans latex)
- guide de secourisme
- Outil de reconnaissance d'une commotion cérébrale (par exemple, l'Annexe C-2 -
Modèle d'outil de reconnaissance d'une commotion cérébrale soupçonnée)
- pince
- sifflet en plastique
- toile fluorescente (de couleur vive)

Source : Commission de la santé et de la sécurité au travail, Programme de gestion des risques du collège Sheridan, Programme de prévention et traitement des accidents du sport

Lorsque vous faites une sortie éducative en plein air avec les élèves, vous devez absolument apporter une trousse de premiers soins bien remplie. La taille et le contenu de votre trousse doivent être adaptés à la sortie prévue. Prévoyez-vous stationner votre véhicule près de votre campement avec électricité ou serez-vous en randonnée pédestre dans un endroit éloigné comme le parc Algonquin, portant sur votre dos une tente et un sac à dos pendant plusieurs jours ? La trousse de premiers soins doit être adaptée au type et à la durée de votre sortie, ainsi qu'au nombre de participants. Bien entendu, si vous campez près de votre véhicule, une trousse de premiers soins de base suffit, puisqu'il est possible d'obtenir du transport vers une clinique ou un hôpital dans des délais raisonnables. Cependant, si le groupe s'éloignera de plusieurs kilomètres, soit dans la forêt ou dans d'autres lieux rustiques similaires, une planification plus détaillée est requise.

La préparation de votre trousse est importante. La trousse elle-même doit être imperméable. De très grands sacs de type Zip-loc® sont abordables et remplissent bien cette fonction. Ils peuvent aussi être utilisés pour transporter de l'eau.

N'oubliez pas de remplacer à chaque année les médicaments en vente libre, ainsi que les bandages stériles qui ont été ouverts.

Voici d'autres articles qui peuvent être ajoutés à la trousse de premiers soins de plein air :

- De la corde de parachute, qui possède une force de traction d'environ 230 kg et peut servir dans plusieurs situations d'urgence.
- Des allumettes dans un contenant imperméable.
- Un allume-feu au magnésium de secours.
- Un couteau.
- Un miroir réfléchissant pour envoyer des signaux.

Des tampons d'ouate imbibés de Vaseline® peuvent être utilisés pour allumer un feu.