

# Ne pas bouger une jambe ou un bras **fracturé**



**1** En cas d'entorse, placer de la glace dans un linge propre et appliquer durant environ cinq minutes sur l'articulation blessée. Consulter un médecin.



**2** En cas de fracture du bras, essayer de le maintenir, sans le bouger, contre la poitrine, avec une écharpe que l'on noue derrière le cou, en attendant les secours.



**3** En cas de fracture ouverte ou de fractures multiples, prévenir immédiatement le 18, le 15 ou le 112. Ne pas bouger.



**4** Si l'os apparaît, le recouvrir de compresses stériles ou d'un linge propre pour réduire le risque d'infection en attendant les secours. Si ça saigne, ne pas appuyer directement sur la fracture.



**5** S'il est indispensable de déplacer la personne, immobiliser la fracture du bras à l'aide d'une attelle de fortune (magazine roulé, planchette de bois), ou si une jambe est touchée attacher les deux jambes ensemble.

## Les enfants



La fracture la plus fréquente chez l'enfant touche les membres supérieurs, et plus particulièrement les poignets et les coudes. Soyez vigilant en cas de chute d'un nourrisson, car s'il souffre d'une fracture il sera incapable de l'exprimer autrement que par des pleurs. Appelez un médecin en cas de doute.

## Ne pas faire

- ▶ Ne pas déplacer une personne présentant une fracture, *a fortiori* si elle se plaint de douleurs dans la colonne vertébrale.
- ▶ Surtout, ne pas essayer de remettre l'os dans l'axe.