

Comment pratiquer la RCP sur un enfant plus âgé (de 12 ans ou plus) ou un adulte ?

Vous arrivez sur les lieux

Vérifiez si le lieu est sûr. Vérifiez si la personne est consciente. Tapotez doucement son épaule et appelez-la.

Aucune réponse

Appelez immédiatement le 911.

Si la personne est allongée sur le ventre, retournez-la sur le dos. Elle doit être allongée sur une surface dure et plate.

Vérifiez la respiration et les signes de vie :

Surveillez sa poitrine pour tout mouvement normal. **Recherchez des signes de vie et de respiration pendant au maximum 10 secondes.**

Aucun signe de vie ou de respiration

Commencez la RCP :

1. Placez la paume d'une main au centre de la poitrine de la personne. Placez votre autre main par-dessus.
2. Les coudes bloqués et les bras tendus, penchez-vous sur la personne et effectuez 30 compressions thoraciques de deux pouces (5 cm) de profondeur, à un rythme de 100 à 120 compressions par minute.
3. Après 30 compressions, pratiquez deux insufflations en inclinant la tête vers l'arrière, en soulevant le menton et en pinçant le nez. Effectuez deux insufflations lentes et douces. La poitrine doit se soulever à chaque insufflation.
4. Continuez en alternant 30 compressions/deux insufflations, 30 compressions/deux insufflations, etc.

Continuez la RCP jusqu'à ce qu'un autre secouriste vous remplace, que vous voyez des signes de vie ou qu'une aide arrive.

Possibilités d'apprentissage

Le [Centre de simulation et de recherche \(Center for Simulation and Research\)](#) du Cincinnati Children's propose des cours de RCP pour les familles de patients. Appelez le 513-636-1096 pour plus d'informations ou pour vous inscrire à un cours.

Remarque : la vidéo sur cette page montre les techniques appropriées pour pratiquer la respiration artificielle et la RCP chez les personnes âgées de 12 ans et plus.

ATTENTION : il ne s'agit pas d'une certification en RCP.

Last updated: 02/2025 per Rachel KJeller-Smith MEd, RRT