

ÉVACUATION D'UN BLESSÉ

Étapes à suivre :

1. **1. Alerter les secours :**
 - Si vous avez un téléphone, appelez le responsable de la patrouille de la station Mont-Vidéo au 819-734-7424. Une fois la patrouille contactée, une équipe sera envoyée avec le matériel nécessaire pour vous assister.
 - Si vous n'avez pas de téléphone, utilisez un autre moyen d'alerte (radio, satellite) ou demandez à un autre membre du groupe d'appeler ou de se rendre à l'accueil du site rapidement. Attention, ne pas laisser la victime seule à moins d'extrême urgence!
 - Précisez clairement la situation, le type de blessure, la localisation et le nombre de personnes impliquées.
2. **2. Soigner la blessure :**
 - **Arrêter l'hémorragie :** Appliquez une pression directe sur la plaie avec un tissu propre.
 - **Immobiliser la zone blessée :** Utilisez une attelle de fortune ou des bandages pour soutenir la zone blessée.
 - **Nettoyer la plaie :** Lavez délicatement la plaie avec de l'eau propre, si possible, et désinfectez-la avec un antiseptique.
 - **Isoler du froid :** Protégez le blessé de la neige et du vent avec des vêtements chauds, un sac de couchage ou une couverture de survie.
3. **3. Surveiller les constantes :**
 - Vérifiez la respiration, le pouls et la température du blessé.
 - Si le blessé a des difficultés à respirer, essayez de le calmer et de le maintenir assis ou allongé, selon les circonstances.
 - Si le blessé est inconscient, vérifiez sa respiration et commencez le massage cardiaque si nécessaire.
4. **4. Préparer le transport :**
 - Si les secours ne sont pas encore arrivés, préparez le blessé pour le transport (si possible).
 - Assurez-vous qu'il est bien protégé du froid et qu'il peut respirer confortablement.
 - Si vous devez transporter le blessé, faites-le lentement et délicatement pour éviter de l'aggraver.

Conseils supplémentaires :

- **Prévenir les blessures :**
 - Préparez votre équipement en fonction de la météo et de la difficulté de la randonnée.
 - Choisissez des chaussures et des vêtements adaptés.
 - Portez des lunettes de soleil et utilisez de la crème solaire.
 - Portez des vêtements chauds en hiver.
- **Traiter les blessures mineures :**
 - Utilisez des bandages et des compresses pour les petites plaies.
 - Désinfectez les blessures avec un antiseptique.
 - Si vous avez des ampoules, désinfectez-les avec un antiseptique et couvrez-les avec un pansement.
- **Préparer une trousse de secours :**
 - Emportez une trousse de secours complète avec des pansements, des compresses, de l'antiseptique, des médicaments contre la douleur et contre la fièvre, des anti-inflammatoires et un sac de couchage d'urgence.

Important : Ne paniquez pas et conservez votre calme. Plus vous serez calme, plus vous serez en mesure de prendre les bonnes décisions.