

Technique du massage cardiaque externe

Selon les recommandations de l'American Heart Association, pour réaliser un massage cardiaque externe, il faut repérer la zone de compression thoracique à partir de l'appendice xyphoïde de la victime (a). À deux travers de doigts au-dessus de ce repère, on pose le talon d'une main sur le sternum parallèlement à son grand axe (schéma ci-contre n° 1). On place le talon de la deuxième main sur le dos de la première. Les doigts des deux mains sont alors perpendiculaires au grand axe du sternum de la victime. Les doigts peuvent être tendus ou entrecroisés, mais ils ne doivent pas toucher les côtes de la victime (schéma ci-dessous n° 2) (1).

Les compressions sont réalisées avec un maximum d'efficacité bras tendus, coudes bloqués et épaules à la verticale des mains. Chaque compression doit déprimer le thorax de la victime de 4 centimètres environ. Cette compression s'effectue par la force motrice du dos, et non par celle des bras qui ne servent que de piston transmettant l'effort (schéma ci-dessous n° 2).

Le temps de compression active doit être égal au temps nécessaire à la décompression passive du thorax. Le nombre de compressions à réaliser, chez l'adulte, est de 100 par minute environ. Le massage cardiaque s'effectue en alternance avec le bouche à bouche au rythme de 15 compressions thoraciques pour 2 insufflations (2).

©LRP

.....
a- En France, l'attestation de formation aux premiers secours propose une technique différente pour repérer la zone de compression thoracique : repérer, de l'extrémité du majeur d'une main, le creux situé en haut du sternum à la base du cou ; du majeur de l'autre main, repérer le creux où se rejoignent les côtes ; déterminer le milieu du sternum (à l'aide des pouces) puis appuyer le « talon » de la main sur le haut de la moitié inférieure du sternum.

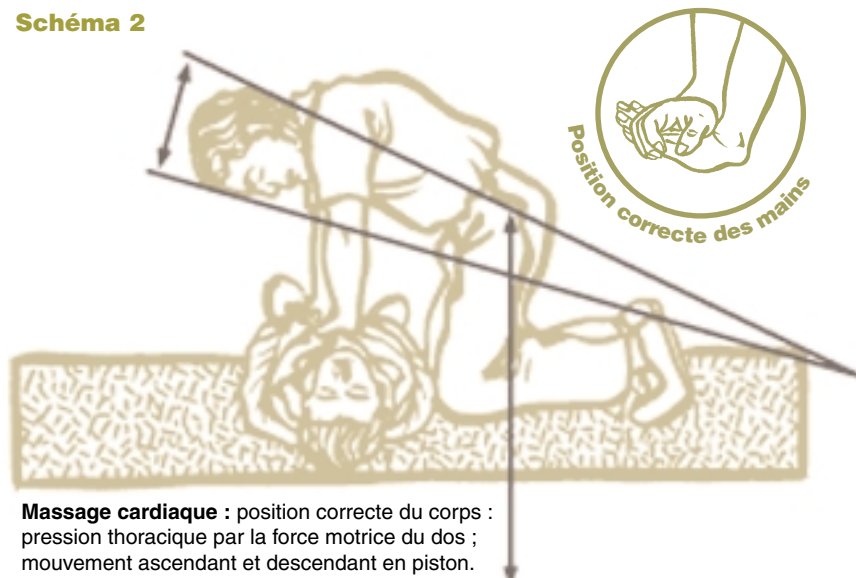
.....
1- Prescrire Rédaction "Face à un arrêt cardiorespiratoire de l'adulte, en attendant l'unité mobile de réanimation" *Rev Prescr* 1994 ; **14** (145) : 643-650.
2- Kem KB et coll. "New Guidelines for cardiopulmonary resuscitation and emergency cardiac arrest" *JAMA* 2001 ; **10** : 1267-1269.

Schéma 1



Massage cardiaque :
repère de la zone
de compression thoracique

Schéma 2



Massage cardiaque : position correcte du corps :
pression thoracique par la force motrice du dos ;
mouvement ascendant et descendant en piston.