

## Apprenez les signes d'une crise cardiaque



### Douleur ou inconfort thoracique

pression ou inconfort, serrement, douleur vive, sensation de brûlure ou de lourdeur à la poitrine



### Sueurs



### Inconfort à d'autres régions du haut du corps

cou, mâchoire, épaule, bras ou dos



### Nausée



### Essoufflement



### Étourdissements

**Composez le 9-1-1 immédiatement.**

[coeuretavc.ca/coeur/signes-d-urgence](http://coeuretavc.ca/coeur/signes-d-urgence)

## NE SOYEZ PAS PRIS AU DÉPOURVU

**Consignez les renseignements indiqués et gardez-les à proximité du téléphone :**

Numéro d'urgence local : 9-1-1 ou \_\_\_\_\_

Votre adresse : \_\_\_\_\_

Votre numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Maladies ou problèmes de santé antérieurs, médicaments, allergies (pour chaque membre de la famille) :

Nom des membres de la famille	Maladies ou problèmes de santé antérieurs, médicaments, allergies Votre pharmacien pourrait vous fournir une liste de vos médicaments lors de votre visite. Agrafez-la à cette liste-ci.

Personne à contacter en cas d'urgence (il pourrait s'agir de la personne à laquelle vous avez conféré un pouvoir décisionnel quant à vos soins de santé, ou qui a une procuration).

Nom \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone \_\_\_\_\_

**Si vous êtes témoin d'une crise cardiaque, faites votre possible pour protéger la personne et restez avec elle jusqu'à l'arrivée des secours.**

## Apprenez les signes d'une crise cardiaque



### Douleur ou inconfort thoracique

pression ou inconfort, serrement, douleur vive, sensation de brûlure ou de lourdeur à la poitrine



### Sueurs



### Inconfort à d'autres régions du haut du corps

cou, mâchoire, épaule, bras ou dos



### Nausée



### Essoufflement



### Étourdissements

**Composez le 9-1-1 immédiatement.**

**[coeuretavc.ca/coeur/signes-d-urgence](http://coeuretavc.ca/coeur/signes-d-urgence)**

## NE SOYEZ PAS PRIS AU DÉPOURVU

### SI VOUS HABITEZ SEUL :

- Si vous êtes âgé ou si vous souffrez d'une maladie ou d'un problème de santé, demandez conseil auprès de votre fournisseur de soins de santé pour bénéficier d'un système d'alarme à domicile.
- Créez un réseau de personnes afin que celles-ci prennent de vos nouvelles régulièrement.
- Veillez à ce qu'une personne de votre réseau ait une clé de votre domicile, et connaisse vos antécédents médicaux et vos dispositions en cas de situation grave.

### Si vous éprouvez l'un ou l'autre de ces symptômes :

- ✓ Composez le 9-1-1 ou demandez à quelqu'un de le faire pour vous.
- ✓ Cessez toute activité, et assoyez ou allongez-vous.
- ✓ Si vous prenez habituellement de la nitroglycérine, avalez une dose normale.
- ✓ Mâchez et avalez un comprimé de 325 mg ou deux comprimés de 81 mg d'AAS (Aspirin<sup>MD</sup>), à condition que vous n'y soyez pas allergique.
  - ▶ N'utilisez pas des analgésiques tels que l'acétaminophène (Tylenol<sup>MD</sup>) ou l'ibuprofène (Advil<sup>MD</sup>) au lieu de l'aspirine.
  - ▶ L'aspirine ne remplace pas les soins médicaux.
- ✓ Restez calme et attendez l'arrivée des services médicaux d'urgence (SMU).

### Si vous êtes témoin d'une crise cardiaque :

- ✓ Faites votre possible pour protéger la personne et restez avec elle jusqu'à l'arrivée des secours.
- ✓ COMPOSEZ LE 9-1-1.

### Lorsque vous êtes au téléphone avec l'opérateur du 9-1-1 :

- ✓ Parlez lentement et clairement.
- ✓ L'opérateur du 9-1-1 vous posera des questions, y compris :
  - ▶ votre emplacement et l'accès au bâtiment;
  - ▶ le nom, le sexe et l'âge de la personne;
  - ▶ les signes et symptômes de la crise cardiaque, et l'heure à laquelle ils sont apparus;
  - ▶ les médicaments, et les maladies ou problèmes de santé antérieurs de la personne.
- ✓ Ne raccrochez que lorsque l'opérateur vous le dira.

### À leur arrivée, les SMU :

- ✓ Vous poseront des questions, y compris :
  - ▶ des renseignements sur la victime;
  - ▶ la personne qui prend les décisions pour la victime.
- ✓ Vous fourniront des instructions, y compris :
  - ▶ accompagner la personne à l'hôpital;
  - ▶ être joignable par téléphone pour prendre certaines décisions.

**Apprenez-en plus à [coeuretavc.ca/coeur/signes-d-urgence](http://coeuretavc.ca/coeur/signes-d-urgence)**