

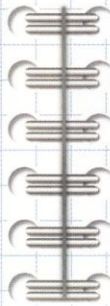
DENIS GUTIERREZ

* Médecin du sport
 * conseiller santé
 de l'État-Major
 de la Marine
 * membre du Comité
 médical fédéral
 * ancien médecin du XV
 féminin et du RC Toulon

Réalisée par des médecins
 et pharmaciens du Comité
 territorial du Languedoc,
 ces tableaux qui suivent se
 révèlent une base précieuse
 de recommandations pour
 encadrer médicalement
 les écoles de rugby.
 Ce récapitulatif est le
 fruit d'un vécu sur le(s)
 terrain(s) en accord
 avec les règlements
 généraux de la FFR. Il a
 pour but de veiller à la
 sécurité des joueur(euse)
 dans le respect de tous
 pratiquants, parents,
 soigneurs). Chacun est
 libre d'y apporter des
 modifications, en fonction
 des desiderata et de la
 validation par le médecin du
 club ou du Comité.

Régine ALIBAUD,
 Pharmacien* et **,
 Alain DEROUHILLE,
 Médecin*,
 Pascal PRADIER,
 Médecin*

* Commission
 Médicale Territoriale
 du Languedoc,
 **Commission
 Féminines
 Départementale Aude
 et Territoriale
 du Languedoc



LA TROUSSE À PHARMACIE, MODE D'EMPLOI

Pour ne rien oublier, par
 négligence ou ignorance,
 et être préparé à tout incident,
 voici un mémo à retenir
 pour constituer la trousse à
 pharmacie « idéale » destinée
 aux jeunes joueurs des écoles
 de rugby.



COMMENT S'EN SERVIR

Qui ?	Quoi ?	Comment ?
Médecin Pharmacien	Composition de la pharmacie	Liste validée par le médecin (avec conseils du pharmacien)
Soigneur	Départ pour le match	Vérifier la composition de la mallette avant la date du match. Prendre une glacière et des glaçons pour la vessie de glace.
	Avant le match	Déposer la mallette à distance des lignes de touche ou d'en-but du terrain, sous surveillance, ainsi que les bouteilles d'eau, plots, tables, objets susceptibles de provoquer des blessures (hors de la zone des « 3,50m »). S'assurer de la présence obligatoire d'un brancard, d'une pièce à disposition, d'un poste téléphonique et d'un accès libre (portail ouvert) pour les véhicules des pompiers.
	Pendant le match	Avoir à disposition : - Une petite trousse portative comportant quelques produits (froid, compresses, chlorhexidine aqueuse, pansements, coalgan, bande adhésive, ciseaux, eau) - Un téléphone portable. → En cas de blessure grave (traumatisme, commotion, perte de connaissance, joueur au sol...) : ne jamais déplacer le blessé, alerter les secours pompiers 18 ou centre 15 ou 112 → En cas de transfert dans un établissement de santé : - Avertir la personne désignée sur l'autorisation parentale ; - Désigner un accompagnant adulte. Lui remettre une feuille de déclaration d'accident. Le médecin doit remplir la rubrique le concernant (transmission de la déclaration par le club ou le Comité dans les 5 jours). Si un transport par ambulance ou autre moyen dans un autre établissement de santé est nécessaire, en informer un dirigeant, un élu, ainsi que Fidelia Assistance (01 47 11 12 34)
	Après le match	Laisser le terrain et les locaux propres.
	Renouvellement des produits	Check-list (traçabilité)

→ Aucun médicament n'a été indiqué : sous la responsabilité des parents et du médecin.

→ Ne pas oublier de vérifier régulièrement les dates-limites des produits pharmaceutiques.

CE QUELLE DOIT CONTENIR

Blessure	Produits	Utilisation	Quantités
PLAIES BÉNIGNES	Paire de gants (d'exams, moins chers que les chirurgicaux) stériles (taille 8).	Pour soins, notamment en cas de saignement.	2
	Eau oxygénée (10 volumes dosettes)	Antiseptique sur plaies souillées (terre, ...) Ne pas utiliser avec un autre antiseptique.	10
	Chlorhexidine aqueuse (dosettes)	Antiseptique Ne pas utiliser avec un autre antiseptique	10
	Sérum physiologique (dosettes) (Chlorure de sodium 0,9 %)	Lavage des yeux, du nez, de la bouche, des plaies, ou pour humidifier le Coalgan.	10
	Compresse stériles (sachets 7,5cm x 7,5cm).	Jeter les compresses non utilisées une fois le sachet ouvert.	10
	Coalgan, mèche hémostatique stérile (boîte de 5 sachets)	Saignements (nez, bouche, cutanés) : nettoyer les plaies, le sang, avec du sérum physiologique. Pas de chlorhexidine ou d'eau oxygénée. La mèche peut être humidifiée avec du sérum physiologique pour faciliter l'introduction dans la narine.	1
	Pansements individuels (2cm x 7cm)	Laisser en place au moins 30mn (pas plus de 24h)	10
	Pansements individuels (10cm x 15cm)		10
	Sparadrap largeur 2cm (rouleau)	Pour maintenir une bande.	1
	Bande de crêpe (largeur 10cm)	Pour maintenir un pansement, des compresses.	1
	Tulle gras ou Interface (plaque 10cm x 10cm)	Pour brûlures par frottement sur le terrain. Appliquer après avoir nettoyé et désinfecté à la chlorhexidine.	1
	Sutures adhésives stériles (6mm x 100mm, plaquette de 6)	Pour rapprocher les bords d'une petite plaie franche, bien désinfectée, non souillée, ne saignant pas.	1
TRAUMATOLOGIE BÉNIGNE	Vessie à glace. A préférer à la bombe/comresse de froid	Nécessite des glaçons : à emporter dans une glacière, ou à se procurer sur place ou lors du déplacement (cafétéria...)	2
Contusions, coups, entorses : traiter par du froid.	Compresse, « coussins » de froid instantané. Respecter le mode d'emploi indiqué. Ne pas percer le sachet.	Protéger la peau avec des compresses humides car risque de brûlures par contact direct. Ne pas appliquer sur des plaies, muqueuses, fractures ouvertes. Respecter le mode d'emploi indiqué.	3
	Bombes de froid (ou cryogènes). Respecter le mode d'emploi indiqué. Ne pas exposer la bombe à la chaleur	Pour la bombe de froid : projeter à 20 cm, 2 à 3 secondes. A réserver aux plus de 13 ans.	2
Crampes, contractures : traiter par de la chaleur (massages, bains).	Pommade Arnica	Pour ecchymoses, bleus... Ne pas appliquer sur muqueuses, yeux, plaies. Masser sans appuyer ; se laver les mains ensuite.	1
	Jersey (10cm de large, 1 m, bien plié).	Echarpe de bras, d'épaule : adapter la longueur en nouant le jersey au niveau de la nuque.	1
	Minerves	2 tailles différentes. A placer par pompier ou médecin (technique maîtrisée).	2
	Attelles diverses (genou, cheville, épaule, poignet).	En fonction de la liste du médecin. À placer par pompier ou médecin (technique maîtrisée)	
YEUX	Sérum physiologique doses (NaCl 0,9%)	Lavage des yeux	10
STRAPPING	Bandes adhésives élastiques 3cm/6cm/10cm	Ne strapper que si la technique est maîtrisée	2 / 3 / 1
	Chatterton (rouleau)	Pour maintenir les bandes adhésives	1
	Abaisse-langue	Pour réaliser une attelle de doigt avec une bande adhésive	2
DIVERS	Couverture de survie	A placer dès l'immobilisation du joueur au sol	2
	Savon (morceau) ou soluté hydro-alcoolique.	Lavage des mains	5
	Ciseaux		1
	Sucre en morceaux emballé	Donner 1 à 2 sucres	10
	Gobelets plastiques	Gobelets individuels	
	Eau	Bouteilles individuelles	
	1 stylo, 1 marqueur, feuilles	Pompiers (18), ou centre (15, ou 112)	
Feuilles de déclaration d'accident	Fidelia Assistance (01.47.11.12.34).		