

# Quand une noyade ne ressemble pas à une noyade

**La chaleur s'installe et quoi de mieux que de se rafraîchir à la piscine, dans un lac ou une rivière ? Toutefois, avec le début de la saison de la natation et de la baignade, les accidents dans et au bord de l'eau augmentent. Réagir correctement en cas d'urgence peut ici sauver des vies, car les noyades ne sont pas toujours faciles à identifier.**



**Il ne suffit pas de surveiller les baigneurs, encore faut-il reconnaître les signes d'une personne en détresse dans l'eau.**

Selon la statistique de la Société suisse de sauvetage (SSS), quarante-neuf personnes se sont noyées en Suisse au cours des neuf premiers mois de l'année passée, dont une grande majorité en se baignant, en nageant ou en pratiquant un sport nautique sur des rivières et des lacs. Mais ce qui est désolant est que dans de nombreux cas, d'autres baigneurs à proximité des personnes concernées n'interviennent pas, non pas parce qu'ils sont désemparés, mais parce qu'ils évaluent mal la situation et ne réalisent pas que la personne se trouve en danger de mort. Car contrairement à l'idée reçue que les personnes qui se noient attirent l'attention sur elles en criant et en gesticulant, c'est exactement le contraire qui se passe : une noyade ne ressemble pas à une noyade. Il n'y a pas de grands gestes de panique, pas de cris. La noyade est presque toujours un processus calme et silencieux.

Cela peut avoir des conséquences particulièrement dramatiques chez les enfants qui peuvent se noyer même quand ils sont surveillés. Les adultes les voient mais ne se rendent pas compte de ce qui se passe. Grâce à la pratique répandue des cours de natation pour les enfants dès l'école primaire et de campagnes d'information systématiques de la SSS, le nombre d'enfants qui se noient en Suisse est bien inférieur à la moyenne internationale. Selon la statistique SSS, quatre des quarante-neuf personnes qui se sont noyées chez nous en 2016 étaient des enfants. Pourtant, partout dans le monde, la mort par noyade vient en deuxième place des morts accidentelles (après les accidents de la circulation) chez les enfants jusqu'à 15 ans. Selon les chiffres de l'Organisation mondiale de la santé, on estime à 360 000 le nombre de personnes qui se noient chaque année. Plus de la moitié d'entre elles a moins de 25 ans.

### Une réaction instinctive

Il est d'autant plus important de savoir identifier les signes précurseurs d'une noyade. Frank Pia, un chercheur américain dans le domaine de la prévention et du sauvetage aquatique, a désigné comme réaction instinctive à la noyade ce que font les personnes qui sont ou se sentent en péril. Il la résume comme suit :

- dans la plupart des cas, les personnes qui se noient ne sont physiquement pas capables d'appeler à l'aide. Le système respiratoire est d'abord conçu pour la respiration qu'il s'agit de sauvegarder, le langage ne vient qu'à la seconde place.

- Étant donné que lors d'une noyade, la bouche se trouve sous la surface de l'eau, elle ne resurgit que pendant un temps trop court pour expirer, inspirer et appeler à l'aide.
- La personne ne peut pas faire de signes. Instinctivement, elle tend les bras à l'horizontale et cherche à les appuyer sur la surface de l'eau. Cette fonction de protection est censée maintenir le corps au-dessus de l'eau afin de pouvoir continuer à respirer.
- La commande volontaire des mouvements des bras n'est pas possible pour une personne qui se noie, elle n'est physiquement pas capable d'éviter la noyade en exécutant consciemment des mouvements et n'est pas

non plus à même de faire des signes d'appel à l'aide.

- Pendant la durée de la noyade, le corps est à la verticale dans l'eau.

À cela s'ajoute le fait que les yeux sont fermés ou vitreux et fixes. Une personne qui se noie peut tenter de nager, mais elle n'avance pas. Elle cherchera à se mettre sur le dos. Sa tête inclinée en arrière sera sous l'eau. Elle ne repoussera pas ses cheveux qui cachent son front ou ses yeux. Pour être sûr que tout va bien, parlez à la personne. Si elle vous répond, il n'y a pas lieu de s'inquiéter. Sinon, vous n'avez que quelques secondes pour la sauver.

## Précisions

### Un cas particulier : la noyade « secondaire »

Contrairement à la noyade « sèche », de l'eau pénètre dans les poumons lors de ce que l'on appelle la noyade secondaire ou retardée. Bien que des personnes de tous âges puissent être concernées, ce sont surtout les jeunes enfants qui sont exposés car chez eux, même de petites quantités d'eau suffisent à déclencher une noyade secondaire. Deux millilitres de liquide par kilogramme de poids corporel sont déjà considérés comme critiques. Chez un enfant de cinq ans pesant 18,5 kilos, cela représente 37 millilitres – ce qui correspond au volume de trois ou quatre cuillères à soupe. Le déclencheur n'est pas toujours identifiable comme tel, car après un accident de baignade, un enfant connaît souvent une phase sans aucun trouble. De plus, aussi bien en sautant d'une manière anodine du bord du bassin que lors d'une presque noyade, un enfant peut inhaler une petite quantité d'eau, qui se dépose ensuite dans ses poumons. Cela perturbe la capacité des poumons à enrichir le sang en oxygène

et conduit à une grave détresse respiratoire (œdème pulmonaire). De plus, une pneumonie chimique peut se déclencher lorsque le liquide inhalé est par exemple de l'eau chlorée.

#### Symptômes de la noyade retardée

- difficultés respiratoires ainsi que respiration rapide et plate
- toux à répétition et douleurs dans la cage thoracique
- vomissements
- lèvres ternes et peau pâle
- troubles du comportement (aux stades précoces, les jeunes enfants semblent agités et querelleurs)
- fatigue extrême (un signe révélant que le cerveau n'est pas suffisamment approvisionné en oxygène)

#### Premiers secours en cas de noyade secondaire :

- Appelez l'ambulance ou rendez-vous sans délai à l'hôpital.



Chez les jeunes enfants, même de petites quantités d'eau dans les poumons peuvent entraîner de sérieuses complications.



**Ne jamais nager seul sur de longues distances, car même un corps bien entraîné peut subir des faiblesses.**

Bien entendu, quelqu'un qui appelle à l'aide en gesticulant peut également se trouver en posture périlleuse. Mais à la différence d'une noyade, ces personnes peuvent participer à leur propre sauvetage, par exemple en s'emparant d'une bouée de sauvetage. Cet état est appelé « aquastress ».

### « Noyade mouillée » et « noyade sèche »

Par noyade au sens propre du terme, on entend l'asphyxie consécutive à une immersion de la tête dans un liquide, généralement de l'eau. Avant l'immersion, l'activité respiratoire de la personne s'intensifie, puis cette dernière retient consciemment son souffle. En l'occurrence, la quantité de dioxyde de carbone dans le sang augmente continuellement et, au bout d'une ou deux minutes, il se produit un réflexe respiratoire et l'amorce d'une respiration.

L'eau qui pénètre de ce fait dans la gorge provoque ce qu'on appelle un spasme laryngé. Il s'agit d'une contracture réflexe des muscles laryngés, avec rétrécissement du larynx et fermeture de la glotte. Cela empêche l'eau de pénétrer dans les poumons malgré les mouvements respiratoires. Toutefois, au fur et à mesure du temps passé sous l'eau, la teneur en oxygène dans le sang diminue, provoquant la perte de connaissance. Le spasme laryngé cède alors le plus souvent, il se produit une aspiration d'eau (« noyade mouillée »), ainsi qu'un vomissement (soit le passage de matières liquides ou solides dans les voies respiratoires).

Mais dans l'ensemble, la quantité d'eau qui pénètre dans les poumons est assez faible. Du fait de la circulation qui fonctionne encore, une certaine quantité d'eau passe en outre dans le sang et est évacuée des poumons. En revanche, pour dix à quinze pour cent des personnes concernées, le spasme laryngé perdure et l'eau ne pénètre pas dans les poumons (« noyade sèche »).

Lors d'une noyade, l'organisme souffre d'hypoxémie (manque d'oxygène dans le sang), entraînant, si elle se prolonge, des lésions cérébrales ainsi qu'un arrêt cardiaque. Du fait de l'aspiration, les poumons sont en-

dommagés, ce qui entrave encore le passage de l'oxygène dans le sang. En cas de contact prolongé avec de l'eau froide, la personne peut en outre souffrir d'hypothermie.

En cas d'aspiration de faibles quantités d'eau grâce à un sauvetage rapide, le patient ne présente parfois aucun symptôme immédiatement après l'incident. Toutefois, des troubles peuvent apparaître dans les heures qui suivent (voir encadré La noyade « secondaire »).

### Premiers secours en cas de noyade

En cas d'accident dans l'eau, le patient doit d'abord être évacué en tenant compte de la sécurité des sauveteurs. Après une noyade, il est important d'éviter l'hypothermie. Si le patient respire, il convient de lui administrer de l'oxygène, pour autant qu'on en ait sous la main. Même si la personne ne se plaint d'aucun symptôme, elle doit malgré tout

être examinée et surveillée à l'hôpital, car les conséquences de l'accident peuvent apparaître dans les heures qui suivent. Une personne sans connaissance doit être réanimée selon le schéma BLS-AED.

En cas de noyade, il est aussi extrêmement important d'alerter l'ambulance le plus tôt possible. Parfois, les professionnels doivent commencer par dégager la personne qui est en général gravement atteinte dans sa santé et exige immédiatement des soins.

### Informations complémentaires

*Premiers secours en cas de noyade : voir nous, samaritains 4/2016 ; hypothermie : voir nous, samaritains 12/2015. À la rubrique « Services » sur la page d'accueil du site web de l'Alliance vous accédez aux anciens numéros de votre journal.*

**Texte : ASS. Photos : Shutterstock.**

### Sources :

*www.sss.ch  
www.nordsee24.de  
www.oms.org  
www.huffingtonpost.de  
www.blausand.de (Ce site Web n'est plus mis à jour depuis 2010 mais il contient toutefois une foule d'informations sur le thème de la sécurité dans et au bord de l'eau.)* •

## Sécurité aquatique

Prévenir les accidents aquatiques et s'engager pour la protection de la vie humaine au bord, dans et sur l'eau constitue l'objectif principal de la Société suisse de sauvetage (SSS). Elle est persuadée qu'en informant et en sensibilisant le plus grand nombre, la plupart des accidents aquatiques pourraient être évités. C'est pourquoi, la SSS s'engage et est déployée des campagnes de prévention, afin que chaque personne en Suisse puisse profiter des joies de l'eau et pratiquer ses activités en toute sécurité.



### Maximes de la baignade

- Les enfants au bord de l'eau doivent toujours être accompagnés – les jeunes enfants doivent être gardés à portée de main !
- Ne jamais se baigner après avoir consommé de l'alcool ou des drogues. Ne jamais nager l'estomac chargé ou en étant à jeun.
- Ne jamais sauter dans l'eau après un bain de soleil prolongé ! Le corps a besoin d'un temps d'adaptation.
- Ne pas plonger ni sauter dans des eaux troubles ou inconnues ! – L'inconnu peut cacher des dangers.
- Les matelas pneumatiques ainsi que tout matériel auxiliaire de natation ne doivent pas être utilisés en eau profonde ! – Ils n'offrent aucune sécurité.
- Ne jamais nager seul sur de longues distances ! – Même le corps le mieux entraîné peut avoir une défaillance.

**Texte et informations complémentaires : [www.sss.ch](http://www.sss.ch)**