



## La Position Latérale de Sécurité (PLS) : nouvelle méthode

En spéléo comme ailleurs, un témoin d'accident qui se trouve en présence d'une victime en état d'inconscience doit impérativement la placer en **Position Latérale de Sécurité (PLS)**.

Cette position du corps permet d'éviter le risque d'étouffement de la victime, susceptible d'avaler sa langue ou de régurgiter du liquide gastrique. Le basculement du corps doit se faire selon une gestuelle précise, pour éviter un aggravement des blessures, du fait d'un éventuel traumatisme vertébral.

Depuis quelque temps, une nouvelle méthode est enseignée, parfaitement réalisable par une personne seule, et aboutissant à une position plus confortable pour la victime, tout au moins si on a pensé à aménager le sol du mieux possible avant de la déposer.

[Jean-Pierre Buch](#) (CoMed) - [Rémy Limagne](#) (EFS)

### Stage "perfectionnement aux techniques d'encadrement et d'auto-secours", Lot, avril 2003



- Je vérifie son état d'inconscience : "si tu m'entends répond", si tu m'entends serre ma main"...
- Je desserre le cuissard, le torse et la jugulaire du casque pour faciliter la respiration.

← 01

- Je vérifie qu'il respire (poser la main sur son ventre)
- Je positionne sa tête en extension arrière.
- Je dégage les voies respiratoires (ouvrir sa bouche)

02 →





- Je dispose son bras droit comme indiqué sur la photo (cas d'un basculement sur le côté droit)
- Je soulève son bras gauche avec ma main droite

← 03

- Je place sa main gauche dans ma main gauche, paume contre paume.
- Je suis positionné à genoux à plus de vingt centimètres de son corps.

04 →



- Je plaque le dos de sa main contre sa joue droite.

← 05

- Je soulève sa jambe gauche (saisir la combinaison au niveau du genou) en la remontant vers le haut du corps, et ramène son genou vers moi
- Le basculement du corps s'amorce sans effort.

06 →





- La jambe pliée et l'axe torse-bassin basculent naturellement vers moi.
- Je maintiens fermement sa main gauche en position

← 07

- Une fois le genou gauche posé sur le sol, je retire doucement ma main gauche en maintenant son coude avec ma main droite.

08 →



- Je dispose sa jambe gauche de façon à ce que le corps soit bien stabilisé.

← 09

- La PLS est réalisée, je vérifie que sa bouche est bien ouverte, sa tête en extension arrière.
- Je le recouvre d'une couverture de survie.
- La suite est l'affaire des médecins, et du SSF !

10 →

