



ULTRA SPORTS SCIENCE

Les problèmes cardio respiratoires en ultra sport

Pour les organisateurs de course en altitude > 3000 m

- Diffusion de message de prévention par les organisateurs
- Pour les premières expériences en altitude une évaluation avec des experts de l'altitude est préférable

Pour les organisateurs de course, il s'agit de respecter des objectifs clairs :

- La trousse médicale doit être adaptée à l'épreuve médicalisée en tenant compte de la difficulté, du temps d'accès par les équipes de secours au poste de secours et des compétences de l'équipe médicale.
- Avoir à disposition tous les médicaments nécessaires pour la prise en charge d'un troubles cardio respiratoires (Défibrillateurs, Masque nébulisateur, Ventoline® spray, Salbutamol pour nébulisation, Bouteille d'oxygène, Insufflateur BAVU + masque de ventilation, Lunette oxygène et masque haute concentration...)
- Pouvoir ensuite effectuer un transfert vers un centre spécialisé

Pour cela il est nécessaire de mettre en place :

- Une bonne répartition des équipes de secouristes sur la course pour effectuer les premiers secours et informer l'équipe médicale du lieu de l'accident.
- Une très bonne mobilité de l'équipe médicale d'urgence avec des véhicules adaptés aux terrains (moto, quad, etc...) pour administrer les premiers soins vitaux sur place.
- D'avoir des véhicules de transferts adaptés et équipés.
- D'avoir des moyens de communication adaptés pour l'organisation des secours pour les divers intervenants (organisateur, secouristes, équipes médicales, services hospitaliers...)

Il est donc indispensable pour les organisateurs de course de prévoir la prise en charge des troubles cardio respiratoires de sportifs dans leur couverture sanitaire globale de leur événement sportif.

FORTEMENT RECOMMANDE POUR TOUS :

- Avoir une formation aux gestes de premiers secours est une recommandation essentielle
- Savoir prévenir les secours
- Réaliser un massage cardiaque
- Mettre en œuvre un défibrillateur