

Les brûlures

Que faire en cas de brûlure ? Comment en déterminer la gravité ? Et quels gestes simples effectuer pour éviter de se brûler...



Les brûlures sont malheureusement des accidents courants de la vie quotidienne qui se produisent le plus souvent à la maison et touchent principalement les plus jeunes.

→ Déterminer la gravité d'une brûlure

La gravité d'une brûlure dépend de sa profondeur et de son étendue mais aussi de la zone touchée et de l'âge de la personne concernée.

• L'étendue

On évalue en pourcentage la surface cutanée brûlée. Une brûlure est grave si elle **touche plus de 15 % de la surface du corps d'un adulte et plus de 5 à 10 % chez l'enfant**. Pour calculer rapidement la surface atteinte, on prend pour référence la paume de la main qui équivaut à 1 % de la surface totale de la peau.

Chez l'enfant, les surfaces se calculent différemment, en raison de l'importance de la tête par rapport au reste du corps.

Partie du corps	Surface atteinte	
	Adulte	Enfant
Tête et cou	9 %	17 %
Face antérieure du tronc	18 %	18 %
Face postérieure du tronc	18 %	18 %
Chaque jambe (en totalité)	18 % (x2)	14 % (x2)
Chaque bras (en totalité)	9 % (x2)	9 % (x2)
Périnée	1 %	1 %
Total	100 %	100 %

→ Bon à savoir !

- Si vos habits prennent feu, ne courez pas mais roulez-vous sur le sol.
- Si quelqu'un devant vous est la victime des flammes, éteignez le feu avec une couverture anti-feu ou des habits en **laine (surtout pas de matière synthétique)**. N'enlevez pas les vêtements, vous risquez d'arracher la peau.

• La localisation

Les brûlures du **visage** (bouche, nez, paupières et yeux), des **mains**, des **pieds** et du **périnée** sont particulièrement graves.

• L'âge de la personne

Une brûlure est plus grave chez **l'enfant** et la **personne âgée** qui sont plus fragiles et supportent moins la déshydratation.

• La profondeur

La peau est constituée de trois couches : l'épiderme à la surface, le derme avec l'insertion des glandes et des poils, et enfin, l'hypoderme contenant une couche de cellules graisseuses.

- Brûlure du 1^{er} degré

Elle n'atteint que l'épiderme et se manifeste par une **rougeur** et une **douleur vive**,



parfois suivie d'une desquamation (la peau pèle) au bout d'un jour ou deux. L'exemple type est le coup de soleil. Cette brûlure guérit spontanément et sans séquelle en quelques jours.

- Brûlure du 2^e degré

Elle peut détruire l'épiderme et une partie du derme et se caractérise par une **rougeur**, un **gonflement de la peau** alentour et par l'apparition de **cloques**.

On distingue les 2^e degrés **superficiel** et **profond**. La brûlure du 2^e degré superficiel cicatrise spontanément, sans séquelle, en deux semaines environ, celle du 2^e degré profond peut mettre trois semaines, voire plus, et laisser alors des cicatrices définitives.

- Brûlure du 3^e degré

Elle touche toute l'épaisseur de la peau et peut détruire le muscle ou l'os sous jacent. Elle est le plus souvent provoquée par la projection de liquide bouillant, le contact bref et intense avec des flammes ou un objet chaud (fer à repasser, plaque de four...).

Les brûlures

Les brûlures sont des lésions de la peau, provoquées :

dans **85%** des cas

par le contact avec des flammes, un liquide bouillant ou un objet chaud

7% des cas par le passage de courant électrique à travers le corps

7% des cas par le contact avec des produits chimiques

1% des cas par le froid et les radiations

La partie brûlée est **blanche, cireuse ou gris-noir**. Cette brûlure peut être **indolore et insensible** car les terminaisons nerveuses sont détruites.

→ Ce qu'il faut faire en cas de brûlure

- Brûlures légères

Ex : coup de soleil, contact bref avec un corps très chaud sur la peau nue...

Ce type de brûlure ne nécessite en général **aucun traitement particulier**. On peut appliquer localement de la vaseline ou de la biafine.

Il faut également en cas de coups de soleil multiples penser à bien s'hydrater en buvant de l'eau et prendre un peu de paracétamol ou d'aspirine si besoin.

- Brûlures du 2^e degré, peu étendues et n'ayant pas de caractère de gravité

• **Il faut, le plus rapidement possible, mettre la zone brûlée sous l'eau froide pendant 10 minutes environ (au besoin, appliquer des linges ou compresses imbibés d'eau froide).**



Ce soin de refroidissement immédiat est capital. Il freine la propagation de la chaleur en profondeur et diminue ainsi la gravité des lésions.

• Puis appliquer un tulle gras, de la vaseline ou une pommade adaptée aux brûlures et protéger en recouvrant avec une compresse de gaze stérile.

Le renouvellement du pansement doit être effectué au bout de 24 h à 48 h.

• La vaccination anti-tétanique doit être systématiquement vérifiée. Si le dernier rappel date de plus de 10 ans ou, en cas de doute, il convient de le signaler tout de suite à un médecin.

Si la brûlure est étendue, si des cloques (phlyctènes) apparaissent, si l'on a le moindre doute sur la profondeur et, à plus forte raison, si la zone brûlée est insensible, il faut immédiatement consulter un médecin ou se rendre dans un établissement de soins.

- Brûlures graves

• **Alerter ou faire alerter les secours 112 : Urgences 15 : Samu 18 : Pompiers**

• **En attendant leur arrivée, placer la blessure sous un robinet d'eau froide pendant 10 minutes environ.** Si cela n'est pas possible, **couvrir la brûlure d'une serviette ou d'un drap propre imbibé d'eau froide.**

→ Les grands brûlés

Leur traitement repose sur une double thérapeutique, menée simultanément : **la réanimation et le traitement chirurgical.**

Les soins de réanimation consistent globalement à lutter contre les pertes de liquides, la dénutrition et l'infection. La chirurgie vise à obtenir la cicatrisation de(s) la zone(s) brûlée(s).

→ Quelques gestes simples pour éviter les brûlures

- Protéger les radiateurs électriques, plaques de cuisson, fours, corps et tuyaux de poêles, et foyers de cheminée.
- En cuisine, veiller à la **stabilité des plats, orienter systématiquement le manche des casseroles vers l'intérieur de la cuisinière** et plus généralement, **mettre hors de portée des enfants les manches et poignées d'ustensiles.**

- Faire particulièrement attention au **fer à repasser, à la friteuse** et à son **huile bouillante.**
- **Ne jamais jeter d'eau sur un ustensile ou un appareil qui brûle** (cela augmente les flammes). **Ne jamais jeter d'eau sur l'huile en feu, mais étouffer les flammes en posant dessus un couvercle ou un linge mouillé** (s'il s'agit d'une friteuse, **la débrancher au préalable**).

- **Vérifier la température du bain des enfants.**
- Stocker les **produits d'entretien** dans des **meubles fermés à clé.**
- Faire attention aux **pots d'échappement des motos et autres engins à 2 roues.**
- **Ne pas utiliser d'alcool à brûler** pour allumer son barbecue ou un feu de broussailles.