

# J'apprends les gestes de premiers secours en cas de blessure aux yeux

**Le site du Docteur Sylvie SANDID**

Adresse du site : [www.docvadis.fr/s-sandid](http://www.docvadis.fr/s-sandid)



Validé par  
le Comité Scientifique Ophtalmologie

**Les accidents domestiques peuvent occasionner des déficits visuels graves. Protéger vos yeux ou ceux de vos enfants, c'est avant tout prévenir ces accidents. Savoir traiter l'urgence si l'accident se produit et avoir le bon geste en attendant l'avis médical peut permettre de sauver la vue.**

## **Que dois-je faire en cas de brûlure ?**

En premier soin, pour soulager la douleur, utilisez de l'eau froide. Attention, ne mettez surtout pas de corps gras sur la surface brûlée ! Consultez rapidement. L'ophtalmologiste fera un point sur la brûlure (atteinte au premier, deuxième ou troisième degré) et la traitera.

## **Comment dois-je réagir en cas de projection d'un produit chimique ?**

Les brûlures chimiques constituent une véritable urgence oculaire et vous devez consulter rapidement. Toutefois, le délai d'attente des secours ou de la consultation peut être long et avoir de graves répercussions sur l'œil. Par conséquent, les premiers soins doivent être prodigués dans les secondes suivant l'accident. Procédez immédiatement à un lavage de l'œil en l'inondant d'eau froide ou de solution physiologique (pendant 20 à 30 minutes). N'hésitez pas à utiliser la douche si cela vous semble plus pratique. Il est important de retracer l'histoire de l'accident, dans la mesure du possible, et, en particulier, d'identifier le produit qui a agressé l'œil (apportez le flacon au médecin). Ces indications seront utiles pour agir efficacement.

## **Pourquoi dois-je prendre des antibiotiques après une**

## **brûlure ?**

Parce que votre œil est fragilisé et que les brûlures constituent des portes d'entrée dans l'organisme pour les microbes. Les antibiotiques vont aider votre organisme à combattre efficacement ces microbes.

## **Quel est le danger d'une exposition aux ultraviolets ?**

Les UV peuvent provoquer une kératite (inflammation de la cornée). Le risque est, en particulier, important en montagne, sur les pistes de ski ou sur les glaciers. Si vous avez le réflexe crème solaire sur le visage lorsque vous faites du ski, ayez celui des lunettes pour protéger vos yeux de l'exposition au soleil ! Demandez, si besoin, un avis médical.

## **En cas de choc, que dois-je faire ?**

Dans le cas d'un choc bénin, vous pouvez appliquer des compresses (ou serviettes froides) pendant 24 heures pour minimiser le gonflement de l'œil, puis poursuivre avec des compresses chaudes. Si la vision est bonne et si vous pouvez bouger votre œil dans toutes les directions, l'atteinte de l'œil n'est pas inquiétante. Il restera peut-être un œil « au beurre noir » (simple bleu autour de l'œil). Dans le cas contraire, consultez sans attendre.

## **J'ai un corps étranger dans l'œil, comment dois-je agir ?**

Si le corps étranger est libre sur l'œil et facilement accessible (poussière, grain de sable, cil, insecte), il peut facilement être délogé à l'aide d'un Coton-Tige, d'une compresse ou d'un simple coin de mouchoir propre, en écartant les paupières avec votre pouce et votre index. Si l'objet est coincé ou planté dans l'œil, ou s'il est invisible (morceau de verre), il ne faut en aucun cas essayer de l'extraire. Posez sur l'œil blessé une compresse sans trop appuyer et en maintenant la paupière fermée. Il faut éviter que l'œil ne bouge. Présentez-vous rapidement aux urgences. Vous pouvez aussi réaliser un bandage lâche des deux yeux. L'objectif de ce bandage est de maintenir en position fixe les deux yeux, toujours avec les paupières fermées. Ne serrez pas trop le bandage, cela pourrait faire pénétrer davantage l'objet. Faites-vous accompagner aux urgences.

## **Comment puis-je éviter les accidents ?**

Si vous pratiquez une activité à risque pour les yeux (bricolage, meulage, manipulation de produits chimiques, d'aérosols ou de pulvérisateurs...), portez des lunettes de protection. Rangez les produits dangereux hors de portée des enfants. Si votre enfant porte des lunettes, optez pour des montures en

plastique et des verres incassables. Ne laissez pas d'armes ni de projectiles à portée de main et d'œil des enfants.

## **Quelles consignes dois-je respecter en cas d'accident ?**

Il ne faut jamais :

- Mettre un produit (hormis de l'eau ou du sérum physiologique) dans l'œil sans avis médical.
- Retirer un corps étranger planté dans l'œil
- Se frotter l'œil.

Il faut :

- Rincer l'œil abondamment à l'eau en cas de projection d'un produit chimique.
- Retirer le corps étranger s'il est facilement accessible et s'il n'est pas planté dans l'œil.
- Au moindre doute, consulter ou demander un avis médical.

L'œil est un organe fragile, et tout accident oculaire nécessite des premiers soins. Dans certains cas, ces premiers soins suffiront à résoudre le problème, alors que d'autres doivent faire l'objet d'une consultation médicale rapide. Prévenir les accidents ne suffit pas toujours, il est important de connaître les gestes de premier secours.