

Que faire en cas de brûlure ?

A savoir

On distingue trois stades de brûlures :

- ▶ **Premier degré**
La peau est rouge et gonflée, sans cloques (type coup de soleil).
- ▶ **Deuxième degré**
Une ou des cloques sont apparues.
Si la peau est douloureuse sous les cloques, la brûlure reste superficielle.
Si elle est blanche et rouge et peu sensible, la brûlure est profonde.
- ▶ **Troisième degré**
La peau brûlée est blanche, jaune ou noire, dure et peu sensible.

Nos conseils

En pratique

- ▶ **Mettez la brûlure sous l'eau du robinet pendant 15 minutes.**
Quelque soit son degré et sa localisation, c'est le premier geste à faire en urgence pour limiter sa propagation.
- ▶ **Si la brûlure est potentiellement grave, consultez immédiatement le médecin.**
Voir la rubrique « Quand consulter le médecin » de cette fiche.
- ▶ **En cas de brûlures du premier degré :**
 - Stoppez l'évolution de la brûlure en appliquant un gel spécifique (en relais de l'eau froide).
 - Appliquez une pommade cicatrisante deux à trois fois par jour.
- ▶ **En cas de brûlures du deuxième degré peu étendue :**
 - Ne percez pas les cloques.
 - Désinfectez avec un antiseptique sans alcool.
 - Laissez sécher.
 - Mettez un pansement adapté : optez pour un pansement à base de gels spécifiques qui favorisent la cicatrisation.
- ▶ **Si besoin, prenez un antidouleur**
En l'absence de contre-indications et si la douleur est importante, prenez du paracétamol par voie orale.

Adoptez les bons réflexes

- ▶ Placez les hydrogels (gels froids) au réfrigérateur avant utilisation pour une meilleure efficacité.
- ▶ Mettez en place des pansements spécifiques imperméables pour prendre les douches.
- ▶ Quelque soit le pansement choisi, changez-le au bout de 24 heures pour désinfecter et vérifier l'absence d'infection (pus). Certains pansements peuvent ensuite être laissés en place pendant 2 ou 3 jours.
- ▶ Si une cloque se perce, retirez la peau morte avec des ciseaux préalablement nettoyés à l'alcool à 70 %.
- ▶ N'exposez pas au soleil une cicatrice récente (risque de marques définitives) : mettez un vêtement couvrant et un écran total.
- ▶ Ayez le réflexe homéo : 1 dose de Belladonna 9 CH immédiatement après la brûlure, 1 dose d'Apis 9 CH 30 minutes plus tard.
Si une cloque se forme : Cantharis 5 CH, 3 granules 3 fois par jour.

Pour aller plus loin

Si vous avez une brûlure par produit chimique, sur la peau ou dans la bouche (ingestion accidentelle), conservez le produit et son emballage et pour savoir que faire, appelez au plus vite :

- les pompiers (faites le 18) ou
- le SAMU (faites le 15) ou
- le centre antipoison de votre région (appelez l'hôpital ou trouvez leur numéro directement sur le site www.centres-antipoison.net)

Quand consulter le médecin ?

Lorsque la brûlure est potentiellement grave :

- ▶ Brûlure du troisième degré.
- ▶ Brûlure du deuxième degré quand elle dépasse 3 cm de largeur.
- ▶ Toute brûlure étendue, localisée au visage, au niveau d'une articulation ou des organes génitaux, ou encore produite par un produit chimique ou un courant électrique.
- ▶ Toute brûlure chez un enfant en bas âge, un diabétique, une personne âgée.
- ▶ Toute brûlure qui s'infecte (douleur, pus, suintements).