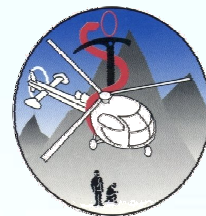










# Le Bulletin de l'Association Nationale des Médecins du Secours en Montagne



# A.G. 2008



## Sommaire

-  **Bilan Québécois**  
(A.M. Charest)
-  **La G.T.A. (EPISODE I)**  
(S. Houssemand)
-  **L'ALR toute en images**  
(P. Mahiou)
-  **Un Monde Parfait ...**  
(L. Nivet)
-  **Le coup de chaleur d'exercice**  
(L. Stempfél)
-  **CISA IKAR Chamonix 2008**  
(X. Ledoux – M. Blancher)
-  **Hommages**  
(P. Durand – D. Bierman)
-  **Bibliographie**  
(P. Durand)

## Edito

Décembre arrive et les promesses d'un bulletin trimestriel ne sont pas tenues. Ce n'est pas grave car le dernier numéro (ou le premier !) de 2008 rattrape le temps perdu et nous fait l'inventaire complet de cette année.

Que dire de plus qu'un grand merci au Docteur Anne Marie Charest et à toute son équipe pour l'accueil et l'organisation en janvier du 3ème colloque de Médecine de Montagne et d'Aventure à Mont Tremblant au Québec. Les discussions et les échanges ont été riches en information et animés. Un grand merci à tous les participants pour leur bonne humeur et leur « chaleur » malgré tout de même des températures descendues jusqu'à moins 35 °C.

Le raid Nice-Briançon premier volet de la traversée des Alpes semble être un grand succès et avoir enchanté ses participants, dommage pour les absents. La prochaine étape fait des envieux et le rendez-vous est déjà pris pour Briançon-Chamonix. D'autres projets devraient voir aussi le jour, plus d'info à l'AG.

Depuis quelques années les ultrasons ouvrent de nouveaux horizons dans le champ de l'analgésie, l'ALR n'a qu'à bien se tenir, à quand son écho. dans l'hélico ?

En secours, tout n'est pas que technique : perception et réflexion d'un jeune médecin sur un métier pas comme les autres.

Le coup de chaleur, vous connaissez ? Présenté de cette manière certainement pas. Cours magistral et savoir faire n'empêchent pas humour et poésie.

Sous les neiges du Mont Blanc s'est déroulée en octobre la réunion annuelle de la Commission Internationale du Secours Alpin. Xavier Ledoux fait le point sur cette honorable institution. La jeune relève pointe son nez, elle nous raconte Chamonix.

Enfin, cette année fût parsemée de tristesse, las de perdre nos amis rendons leurs hommages.

Dernière info mais pas des moindres, l'Assemblée Générale se déroulera le 13 décembre à Grenoble. Avec ce bulletin votre convocation, l'ordre du jour et l'appel de cotisation.

Rendez-vous très bientôt avec les premières neiges iséroises.

La rédaction

Votre prochaine carte d'adhérent



**Association Nationale des Médecins du Secours en Montagne**



**Léon Hippocrate**



Mont-Tremblant



Votre délégué **Patrick Le Pendeven**,

06 61 45 90 35

[patrick.le-pendeven@gmpa.asso.fr](mailto:patrick.le-pendeven@gmpa.asso.fr)

ASSURANCE  
PARTENAIRE

le site : [gmpa.asso.fr](http://gmpa.asso.fr)

**B | BRAUN**  
SHARING EXPERTISE



ENTREPRISE  
PARTENAIRE

B. Braun Medical France - 204 Avenue du Maréchal Juin - BP 331 - 92107 Boulogne cedex  
Tél : 01 41 10 53 00 Fax : 01 41 10 53 99





## BILAN QUEBECOIS

Anne-Marie Charest



Une 3<sup>ème</sup> édition québécoise qui s'est déroulée encore une fois dans une ambiance chaleureuse, riche en partage des connaissances et teintée d'humour à souhait. A travers un programme bien chargé, les conférenciers français, suisses, québécois et argentins ont su livrer leur riche expérience. En plus des nouveaux sujets tels *la femme en expédition* et *l'enfant voyageur* une fraîcheur remontant d'Amérique du Sud, *une clinique en altitude* par le Dr Ramon Cioconni nous a permis de voir une toute autre réalité. Ce dernier a su admirablement relever le défi de présenter dans la langue de Molière. De Cordillères à Cordiale, la semaine s'est imprégnée d'images saisissantes et inoubliables. Le lancement du 1<sup>er</sup> Festival des Films de Secours a connu quelques déboires techniques mais nous a permis de vivre des moments « chauds » et les frissons de la réalité des sauvetages. Une bonne touche d'humour a adouci l'ambiance tendue des sauvetages. Un autre match de ballon-balai sur la lac Tremblant a permis aux Québécois de montrer aux Européens que ce sont eux cette fois qui maîtrisent le sujet. Malgré leur entraînement soutenu depuis leur défaite en 2005, les Européens n'ont pu échapper au massacre (ok ! j'en mets un peu). L'apogée de la semaine surnommé le Raid Aventure fut encore un succès phénoménal. Ce raid amical permet aux participants de mettre en pratique les notions vues durant la semaine tout en fournissant un effort physique. Le dernier jour, l'annonce de la création de l'Association Québécoise des Médecins de Montagne et d'Aventure fut accueillie avec joie. Celle-ci permettra aux intervenants québécois de suivre les développements de la

Par - 30° ca



Démonstration de sauvetage

médecine de montagne, d'annoncer les diverses rencontres et formations et d'enfin regrouper les intéressés. Je tiens à remercier les conférenciers et accompagnants européens pour leur soutien, leur générosité et leur présence dans notre coin un peu glacial où ils savent apporter à chaque fois tant de chaleur. Nous attendons avec impatience la tenue du prochain colloque .

Sincères remerciements.

## GRANDE TRAVERSEE DES ALPES



### A SKIS



#### ETAPE 1 : De Nice à Briançon ...

Sophie Houssemand

L'ANMSM a entrepris de traverser les Alpes à skis en commençant par le fameux Nice-Briançon; douze participants, trois guides de haute montagne, 5000m de dénivellés, six jours de rêve..quelle semaine ! 7 à 9 h de randonnée par jour, des montées où on décolle et on recolte les peaux jusqu'au soir, des émotions fortes dans certain mur à cramponner ou des couloirs pentus "à n'en pas voir le fond" (35° à l'Infernetto), et d'immenses combes où la glisse était pleine de surprises, ce fût vraiment un challenge sportif . A chaque étape, un panorama incroyable ; les contreforts sauvages de la Tinée, les rochers frontaliers du Mercantour, les cols gelés puis poudreux du Haut Ubaye et du Queyras, et l'arrivée superbe sur Briançon par la forêt. L'encadrement de pros par Guy, Dudu et Fabrice, attentifs à creuser la trace, à sécuriser les passages difficiles, à repérer des gîtes authentiques et accueillants, a fait la réussite de ce premier raid dans une bonne humeur pas si fréquente en haute montagne. Ajoutez-y les moments inédits qui ont explosé l'ambiance, les pompes d'Hugo, la voiture de Christophe, le rire de Titine, l'arrivée de Damien et Philippe au refuge du Chambeyron, les veillées à la tourmente, la tournée du patron, la liqueur d'orange, les pastilles de reblochons, pikatchu notre mascotte et j'en oublie..mais pour en savoir plus vous demanderez à France..

Suite l'année prochaine ! on s'entraîne déjà pour Briançon-Chamonix.

La « Dream Team »

France, Sophie, Martine, Mari Ko, Véronique, Marc, Francis, François Xavier, Hugo, Christophe, Guy, Fabrice et Dudu.

Bravo à Guy pour cette organisation sans faille et un grand merci à Tôf pour le prêt de ses 2 voitures !!!

#### Etape 1 :

St Dalmas le Selvage – Larche par le pas de la Cavale.

#### Etape 2 :

Larche – ref. du Chambeyron Par les cols de Malmort et du le Valonais

#### Etape 3 :

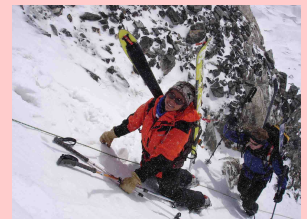
Chambeyron – Maljasset Par les cols de la Gypières et de Cialaras

#### Etape 4 :

Maljasset – St Véran Par le pas de la Cula

#### Etape 5 :

Maljasset – Villar St Pancrasse par le col des Ayes.



la pente est raide mais Titine comme d'hab. a le sourire.



C'est plus raide, tous à la queue leu leu !

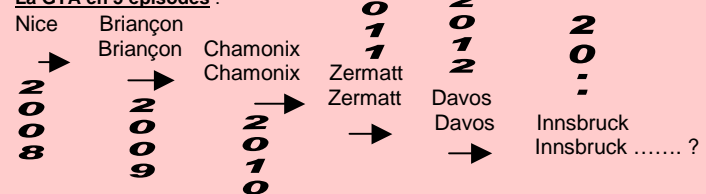


Les 3 guides en pleine réflexion sur le choix de l'itinéraire



Faut toujours avoir sa mascotte Pikatchou !

#### La GTA en 5 épisodes :





## L'ALR ET L'ECHOGUIDAGE

Philippe Mahiou



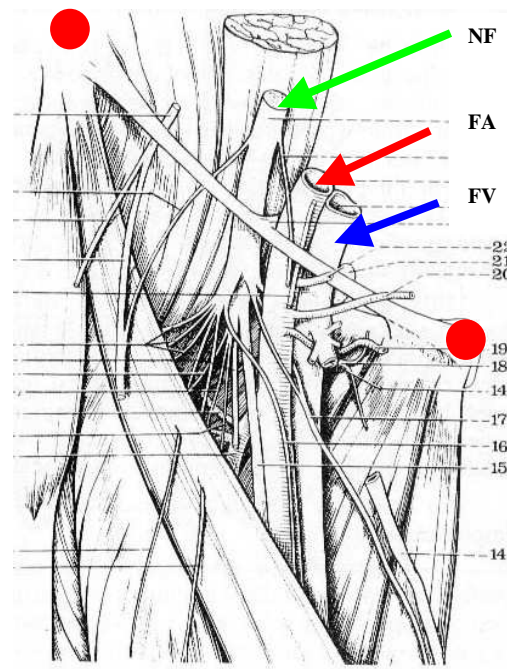
### Quoi de neuf en ALR et urgence ?

Depuis bientôt 15 ans, l'ALR se pratique de plus en plus régulièrement en traumatologie d'urgence. Le but étant de prendre en charge au mieux et de façon précoce la douleur des blessés sur le terrain. L'évolution de l'ALR est passé initialement par la recherche de paresthésies qui a laissé place à la neurostimulation, malgré ces progrès quelques problèmes persistent dans les repérages nerveux ( pathologie par ponction - blessure d'un nerf , variations anatomiques imprévisibles à l'origine d'échecs de bloc nerveux...). Depuis quelques années, les ultrasons ouvrent de nouveaux horizons dans le champ de l'analgésie. La neurostimulation permet actuellement une localisation électrique par stimulation des nerfs, mais sans les visualiser. Ainsi, jusqu'à présent l'approche nerveuse s'effectuait à l'aveugle. Pour remédier à ce souci, l'échographie permet de voir en temps réel sur l'écran l'aiguille et son approche à proximité du nerf évitant de ce fait le risque de ponction et d'injection intra neurale de l'anesthésique local. Dans les années à venir il deviendra probablement obligatoire de localiser les nerfs en échographie et d'y associer la neurostimulation pour attester par la réponse motrice qu'il s'agit bien du nerf à anesthésier. Plus qu'une évolution, cela sera dans l'avenir proche une révolution de nos pratiques. Ne passons pas à côté , d'autant que d'ici deux années ce mini-ordinateur portable ne sera pas plus encombrant qu'un « Palm Pocket ». Cette nouvelle technique d'anesthésie analgésie portera le nom d'anesthésie régionale écho guidée. Nous allons prendre comme exemple le bloc du nerf fémoral pour l'analgésie des fractures de fémur Le matériel utilisé : Le MicroMAXX de chez SONOSITE. Après avoir localisé le nerf fémoral en écho guidage, l'aiguille est visualisée et introduite dans le champ ultra sonique .



système MicroMaxx™

Lorsque que la pointe de l'aiguille est proche du nerf, le neurostimulateur est mis en route à des intensités faibles à la recherche de la contraction isolée du quadriceps, et l'anesthésique local est injecté au contact du nerf pour l'anesthésier.



## UN MONDE PARFAIT ...

Laurence Nivet



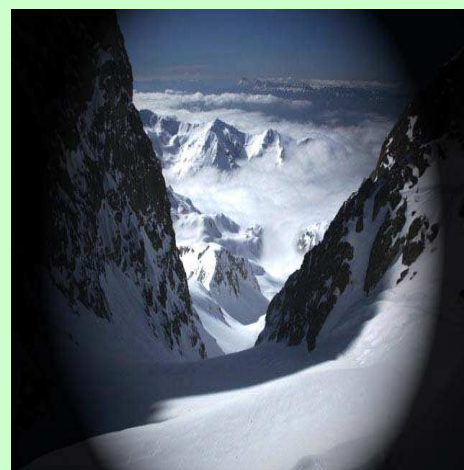
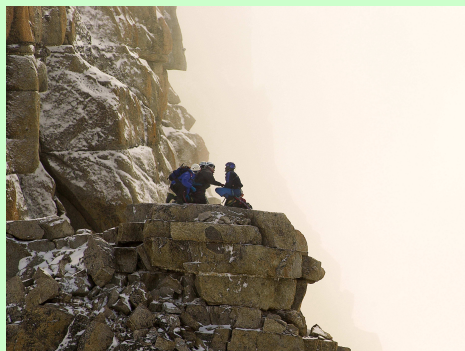
Quelle belle journée passée là-haut. Courbatue et fatiguée, je me suis endormie heureuse. J'ai plongé dans les limbes subtils d'un monde éphémère et velouté... Les premières images apparaissent, je n'en ai pas conscience... Un ciel resplendissant, un soleil aveuglant, des étendues immaculées et étincelantes... Le souffle régulier du pas, les crampons crissent sur la neige gelée... La tension de la corde au baudrier, le piolet se plante à mes côtés... L'esprit vagabonde, et pourtant je suis dans une réalité bien palpable... Un bruit s'élève... Une simple vibration, légère dans le lointain, puis le ronronnement régulier se renforce, jusqu'à devenir assourdissant. L'Alouette est au-dessus de nous... Malgré mon affection pour ces espaces sauvages, préservés et si calmes, je la sens à sa place, et suis son trajet des yeux... Mais le décor change brutalement, de profondes vibrations s'insinuent en moi, apaisantes... Me voilà dans la machine, d'où je lance un salut à ma compagne de cordée restée en bas... L'atmosphère est sérieuse à l'intérieur, et malgré la tension palpable, chacun est attentif à l'autre... Des signaux lancés d'une cordée en détresse... Le treuil qui m'emmène dans le vide... Je prends pieds dans un couloir élégant, aux contours rocheux ciselés par une glace bleutée... La victime a l'air rassurée de nous voir... Je suis sereine... je suis le médecin de ce secours... Médecin du secours en montagne dans un monde parfait...

Un monde... Où les intérêts personnels sont toujours rangés au second plan, laissant sa juste place aux préoccupations de premier ordre... Où le respect de ses compagnons et collègues est un sentiment naturel et emprunt d'une profonde amitié... Où chacun sait quelle est sa place, sans juger ni critiquer l'autre...

Où les anciens sont fiers de ces jeunes qui suivent leur pas, animés par la même passion et le même désir... Où les jeunes suivent leurs aînés avec un respect et une admiration sans cesse renouvelés pour leurs réalisations et leurs conseils... Où tous participent à l'amélioration de ce travail fascinant... Où les instances décisionnelles prennent toujours les bonnes décisions pour le bon fonctionnement du secours...

Mais de nouveau, le décor se modifie. Le couloir devient hostile. Les pierres sifflent en nous frôlant, la glace prend une teinte grise et vitreuse... Les appuis deviennent précaires, le ciel s'assombrit, une rimaye s'élargit... Des cris fusent, la victime a mal, a peur... Une brûlure me tord le ventre, je ne sais plus quoi faire... Je me retourne suante dans mon lit... Je plonge dans un monde sombre et angoissant...

Un monde... Où l'intérêt des victimes est parfois une entité parfaitement subjective et dépourvue de toute réalité... Où la critique envers les anciens est souvent désespérante, dépourvue de tout respect pour leurs actes et leurs idées, et qu'une mine de savoir et d'expérience se perd dans le dénigrement... Où la méfiance envers les plus jeunes est peu constructive et empreinte de jalousie, et que passent aux oubliettes des idées neuves et motivées... Où se sont toujours les mêmes qui tirent leur épingle du jeu, même au détriment de l'intérêt de tous... Où l'orgueil rend impossible la plus simple des communications...



Où les rivalités donnent naissance à des critiques et des polémiques parfois dépourvues de tout bon sens... Où les dirigeants n'ont que faire de ses fainéants de toubibs qui vont se doré la pilule et se faire payer des tours d'hélico...

Je me réveille en sursaut... Que s'est-il passé? Dans quel monde suis-je vraiment revenue? Sans doute un savant mélange de ces pensées vagabondes... Une aube naissante me fait signe à travers les rideaux... Je m'assieds, et revois les images défiler dans ma tête... Je pense soudain que le monde n'est jamais ni blanc ni noir, peut-être parce qu'il est tout simplement rempli d'humains... Je revois alors tous ces secours, ces personnes qu'on est allées chercher, qu'on a aidées... Ces sourires échangés, cette camaraderie si forte... Nous sommes là pour les victimes, et c'est bien la seule chose qui justifie de ne pas trop s'arrêter sur certains aspects parfois déplaisants... L'hiver approche, et nous souhaitons donc à tous une bonne saison de secours... Que chacun trouve dans ses compagnons et dans l'aide qu'il apportera aux victimes la volonté de toujours se dépasser, et de faire preuve, dans l'intérêt de tous, d'humilité, de dévouement, et d'excellence dans son job...



## LE COUP DE CHALEUR D'EXERCICE

Lionel Stempf,el,



### « Une véritable tragédie antique »

Trente-sept deux au lever, juste après le réveil,  
Trente-sept sept au coucher, juste avant le sommeil...  
Notre température, ne varie que très peu,  
Et tant que cela dure, nous sommes pour le mieux.  
Pour être bien à l'aise, il faut en d'autres termes  
Bien qu'il nous en déplaise, rester homéothermes...  
Et passer notre vie à toujours compenser,  
Toutes ces calories, cherchant à s'échapper...  
Mais si nous dépassons, au cours de la journée,  
Ces chiffres très précis au niveau des degrés,  
Seul zéro six suffit à nous dérégler,  
Alors nous trépassons, et tout est terminé...

Si le cœur nous en dit, et que l'on étudie  
L'épidémiologie, voilà ce qui se dit :  
Dans les milieux sportifs ou bien dans les armées,  
Où les gens sont hâtifs, le coup de chaleur naît.  
C'est par un gros effort, intense et prolongé,  
Que notre joli corps, va tout se dérégler.  
Pour la mortalité, cela glace le sang,  
Elle est très élevée, plus de vingt-cinq pourcent.  
Mais pour les plus férus, ceux qui sont vigilants,  
La mort est descendue à moins de un pourcent...  
Et la moralité, de cette courte histoire,  
C'est que l'on peut sauver, et bien garder l'espoir !

Au niveau des **facteurs qui ont leur influence**  
Observons tous en cœur les données de la science.

C'est la température, le premier des agents,  
Qui entraîne c'est sûr, un risque important...  
Le danger est accru en l'absence de vent,  
Le corps seul ne peut plus, lutter contre le temps ;  
Ou quand l'hygrométrie, après du mauvais temps,  
Dépasse sans souci soixante-quinze pourcent.  
Les vêtements aussi en cas de mauvais choix,  
Créent petit à petit un microclimat...  
Car ce qui est étanche empêche l'air d'aller,  
La chaleur par les manches ne peut s'évacuer...  
Certains individus, par leur pathologie,  
Gardent un risque accru tout au long de leur vie :  
Les lésions cutanées changeant la sudation,  
Ne feront qu'aggraver la prédisposition.  
Que dire si en sus, certains médicaments,  
Pour l'hypothalamus deviennent perturbants ?  
Car il peut arriver, par la thérapeutique,  
De venir dérégler la frêle mécanique...

Et si l'on est malin, qu'on veut tout expliquer,  
C'est au niveau sanguin qu'il nous faut observer.  
Car la science a un mot : **physiopathologie**,  
Pour comprendre les maux et leurs bizarreries...  
C'est le muscle qui prend au décours de l'effort,  
La quantité de sang qui dès lors nous fait tort...  
Pour ses besoin à lui il prétend toujours plus,  
Pillant la volémie et c'est le collapsus...  
Si c'est par sudation que notre peau saura,  
Par évaporation, fournir un peu de froid.  
A défaut de bonne eau, le corps ne pourra plus,  
Compenser le fléau, du liquide perdu...

Recherchons chez notre homme, cette pathologie ;  
L'ensemble des symptômes, prouvant la maladie.  
Car si le mal est là, et qu'on ne le voit pas,  
C'est lui qui gagnera, en poussant au trépas...

Très rarement brutal, le **tableau débutant**,  
Est très souvent banal et non alarmant.  
Les crampes sont légion, la fatigue constante,  
Mais en compétition, elle n'est pas étonnante...  
C'est bien en vérité, le changement d'humeur  
Qui doit nous évoquer, le vrai coup de chaleur.  
Car le comportement, par son aspect changeant,  
Est un signe constant de ce dérèglement.  
Le bonhomme est prostré ou vraiment déchaîné,  
Son état va changer et bientôt s'aggraver...  
Car qu'il soit excité, ou bien vers l'apathie,  
Notre malade n'est, qu'un patient en sursis...  
Ces signes précurseurs dans ce tableau impur,  
Sont bien évocateurs à défaut d'être sûrs...  
Et si rien n'est flagrant au début de l'histoire,  
Le contexte pourtant, doit pousser à y croire.  
C'est à ce stade là qu'il est le plus aisé,  
D'enrayer les dégâts sans risque majoré.  
Et l'on doit être fin en cherchant à guérir,  
Avec de mauvais soins le patient peut mourir...

La **période d'état** est bien plus grave en soi,  
Et résonne déjà d'un fort lugubre glas...  
L'hyperthermie majeure au delà de quarante,  
Prend parfois des valeurs proprement alarmantes !  
Cette fièvre élevée se doit en premier lieu,  
De nous faire songer au syndrome infectieux...  
Et selon les pays les plus perdus,  
Il est de bon aloi de penser au palu...  
La vue de pétéchies devra sans discussion,  
Et sans aucun souci, entraîner la ponction !  
Une grande asthénie doit nous faire évoquer,  
Une hypoglycémie qu'il ne faut pas rater !  
L'examen va montrer si l'on est consciencieux,  
Des signes méningés, ou pseudo ébrioux.  
Tout est désorienté, l'attention disparaît,  
Très souvent remplacée, par l'agressivité...  
En plus de tout ceci, on pourra observer  
Des téguments brûlants et fort bien colorés ;  
Un aspect congestif au niveau du visage,  
Chez ce patient sportif et pourtant pas très sage...

Les nausées et diarrhées, sont là très fréquemment,  
Souvent accompagnées par des vomissements.  
Choc et tachycardie sont presque des constantes,  
Qui poussent notre ami sur la mauvaise pente.  
Il faudra se méfier d'un signe bien trompeur,  
Qui viendra nous défier : l'absence de sueur !  
Mais la plupart des fois, comme pour nous aider,  
La sudation est là, souvent exagérée.  
C'est la ventilation qui bientôt n'ira pas,  
Et c'est l'installation d'un véritable SDRA...  
Tous ces signes cliniques, s'ils sont des plus hâtifs,  
Sont pour le pronostic des plus péjoratifs...

Tous les **prélèvements** s'ils sont faits dans les temps,  
Permettront dans l'instant, d'évaluer le patient.  
CPK élevés, si tant est qu'on les dose,  
N'auront plus qu'à prouver qu'il y a bien nécrose.  
L'hématocrite aussi par son augmentation,  
Confirmera ici l'hémoconcentration.  
Et la protidémie, restant à l'unisson,  
Poursuivra, elle aussi, cette courte ascension.  
Après, classiquement, on pourra trouver  
Dans les prélèvements que nous avons pompés,  
Une vraie acidose des plus métaboliques,  
Par excès de la dose des lactates sériques.  
La coagulation, dès lors qu'elle est touchée  
Pousse à l'aggravation, de notre infortuné...  
Car la CIVD signe la gravité,  
Peut se développer et tout détériorer...

L'avenir du patient, le diagnostic posé,  
Est dès lors dépendant de la rapidité...  
Tout va donc se jouer bien avant l'hôpital,  
En **pré hospitalier** on soignera le mal...  
« Primum non nocere », en premier ne pas nuire...

Allons donc empêcher le bonhomme de cuire...  
Nous resterons classique pour enfin le traiter,  
Au vu de la clinique il faudra s'adapter...  
Patient déshabillé en un lieu ombragé,  
Il faudra l'asperger et bien le ventiler.  
Si on a ce qu'il faut, après nous placerons,  
Sur tous les gros vaisseaux quelques bons gros glaçons...  
Puis l'on va frictionner et les mains et les pieds,  
Afin de dilater les vaisseaux cutanés.  
Et sans être stupide on anticipera,  
Avec linges humides, on l'enveloppera.  
C'est en haut en premier qu'il faudra regarder,  
S'il ne peut ventiler, il faut le libérer !  
Quand ça ne suffit pas à sa respiration,  
Eh bien on finira par une intubation...  
Si l'on voit du ramdam par plusieurs convulsions,  
C'est par le Diazepam qu'on fera cessation...  
Et si la tension chute malgré notre attention,  
On continue la lutte avec des perfusions...  
Et puis l'on aidera l'hospitalisation,  
Un médecin suivra pour toute évacuation.  
Pendant tout le trajet c'est en étant prudent,  
Qu'il veillera de près, au refroidissement.

C'est bien à l'hôpital que l'on pourra au mieux,  
Lutter contre le mal et aller vers le mieux.  
En réanimation, pour la thérapeutique,  
La mise en condition sera des plus classiques...  
C'est sur la volémie qu'il faut mener la danse,  
Et tout se joue ici avec une Swan-Ganz.  
Et si le remplissage parfois fait triste mine,  
Il sera bien plus sage de passer aux amines.  
L'inefficacité de l'héparine IV,  
Sur la CIVD contraint à transfuser...  
Et sur les reins bloqués, pour sauver les néphrons,  
Il faudra dialyser et sans hésitation !  
Cela fait de la peine, mais pour le traitement,  
Eh bien le Dantrolene est des plus décevant...  
Il est donc réservé aux formes fulminantes,  
Certains hospitaliers dans ces cas-là le tente...  
Les moyens les plus fous de refroidissement,  
Voulaient venir à bout de ce réchauffement.  
C'est pourtant le plus sot qu'il faudra retenir :  
Evaporons de l'eau afin de refroidir...  
Sur un patient couché grâce aux ventilateurs,  
Sans rien de compliqué, en étant bricoleur,  
Il faut vaporiser de fines particules,  
Et puis bien ventiler, voilà le bon calcul !

Mais si donc tout concourt à un coup de chaleur  
Que peut-on faire pour éviter ce malheur ?  
C'est par la **prévention** et par l'éducation,  
Que nous éviterons ce genre de lésions...  
Il faut être prudent : même pour les cadors  
Le danger est présent dès que l'on fait du sport.  
Souvent le malheur naît d'une somme d'erreurs  
Et si l'air est glacé, c'est d'autant plus trompeur...  
Mais c'est dès l'arrivée dans un pays très chaud  
Qu'il faudra se méfier de ces types de maux...  
Avant que de forcer, on devra s'empêcher,  
De trop exagérer et bien s'acclimater...  
Ce n'est pas un hasard que lorsqu'il fait très chaud,  
Il faut courir fort tard ou bien alors très tôt...  
Donc on préférera, il n'y a pas de doute,  
La fraîcheur d'un sous-bois au climat de la route...  
On devra s'hydrater, tout au long de l'effort,  
De l'eau très peu salée suffira au confort ;  
Afin de remplacer la sueur évacuée,  
Et de bien compenser les pertes hydrosodées...  
Et puis pour en finir, au niveau vêtements,  
Il vaudra mieux choisir, ceux qui sont transpirants...  
Car à trop se couvrir on peut vite oublier,  
Que pour nous refroidir il faut bien transpirer...

\*\*\*\*\*

**CISA – IKAR**

Xavier Ledoux

Commission  
avalanchesCommission  
médicaleCommission  
Secours  
terrestresCommission  
hélicoptères

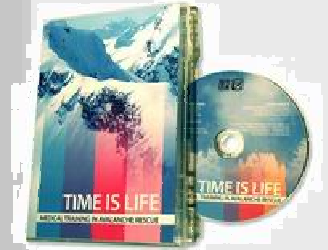
la CISA-IKAR, Commission Internationale du Secours Alpin, est née en 1948 au lendemain de la guerre quand il fallait reconstruire l'Europe. Initialement composée des pays alpins, elle s'est peu à peu étendue.

C'est une association de droit suisse, organisée autour de 4 commissions, secours terrestre, secours aérien, avalanches et médicale, aussi appelée "commission internationale pour la médecine d'urgence en montagne". Les membres sont, pour chaque pays, non pas les fédérations mais les organisations nationales de secours en montagne ; avec des bizarreries. Par exemple, le Corpo Nazionale di Soccorso Alpino e Speleologico, structure du Club Alpino Italiano (plus grand club Alpin au monde par le nombre d'adhérents), a une voix (droit de vote) au sein de la structure internationale, au même titre que le service de secours en montagne du Sud-Tyrol, micro province germanophone du Nord-Est des Dolomites Italiennes qui représente à peine un ou deux cantons français ...! de même, la France ou l'Espagne ont chacune une seule voix, l'Autriche en a trois... rien de bien important mais jusqu'il y a peu, la sur représentation germanique était nette, et susceptible de bloquer certaines adhésions, notamment des pays Andins... dans le fond il n'y a pas de grands enjeux politiques. Mais la CISA-IKAR est le seul lieu international de rencontre des sauveteurs en montagne.

Les pays membres sont, actuellement : Allemagne, Autriche, Italie, Suisse, France, Espagne, Andorre, Pologne, République Tchèque, Slovaquie, Slovénie, Croatie, Bosnie, Grèce, Bulgarie, Pologne, Roumanie, Suède, Norvège, Angleterre, Pays de Galles, Irlande, Ecosse, USA, Canada, Japon, Nouvelle-Zélande ; il existe aussi des membres associés, dont le pays ne paie pas la pleine cotisation (1000 CHF par an) et qui ne sont pas représentés dans toutes les commissions ; au sein de la commission médicale, sont présents des représentants d'Afrique du Sud, Argentine et Népal. Parmi les réalisations majeures, la commission avalanches a son actif d'avoir mis en place la standardisation des bulletins nivo météorologiques, qui sont conçus, rédigés et interprétables de la même manière dans tous les pays membres. De même, c'est la CISA-IKAR qui a abouti au choix de deux fréquences uniques et universelles pour les ARVA. La commission médicale est le lieu de rencontre de médecins et paramédics représentatifs de leurs organisations nationales. Une grande part de l'activité de la commission est l'élaboration de documents de consensus sur les aspects médicaux et secouristes du secours en montagne. Je pense que le meilleur "papier" publié est celui qui permet aux guides de haute montagne, après formation pratique dans chaque pays, de diagnostiquer et de réduire une luxation de l'épaule en situation d'isolement extrême. Les recommandations de la Commission Médicale sont accessibles sur le site web

<http://www.ikar-cisa.org/eXtraEngine3/WebObjects/eXtraEngine3.woa/wa/mandant?nickName=ikar&lang=fr>

Un document majeur a été récemment publié, le DVD "time is life", outil interactif de formation sur la prise en charge médicale des victimes d'avalanches. Chaque année il y a une "grand-messe", réunion plénière de toutes les commissions en octobre ; et les commissions se réunissent aussi au printemps, notamment la commission médicale. En 1997 l'ANMSM avait organisé et financé la réunion de printemps au refuge des Allières dans le Vercors, et nous avions organisé une initiation au canyoning et au secours en canyon, domaines dans lesquels les Français restent reconnus comme leaders.



Cette année la réunion plénière a eu lieu à Chamonix, du 8 au 11 octobre. Traditionnellement des médecins du pays d'accueil sont invités à assister aux réunions de la Commission Médicale en surnombre (les débats sont en anglais).

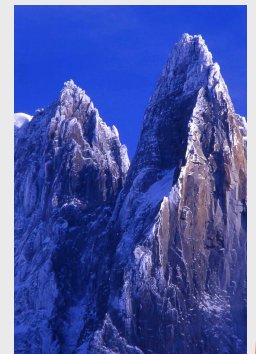
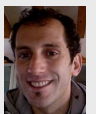
Si le travail de rédaction des papiers de consensus n'est pas forcément passionnant, c'est une occasion unique de rencontrer des collègues actifs dans les services de secours en montagne de très nombreux pays. Il y a également une démonstration de secours qui englobe les 3 composantes, hélicoptères, sauveteurs au sol et médecin (s).

La délégation française auprès de la CISA-IKAR est composite, puisque contrairement aux Italiens par exemple, nous n'avons pas un organisme unique de secours. Il y a les hélicos bleus et rouges, le PGHM de Chamonix, le CNEAS des CRS, l'ANENA, et depuis 1994, l'ANMSM.

C'est un Chamonix inondé de soleil qui a accueilli en ce mois d'octobre 2008 le congrès de CISA-IKAR. Le cadre était splendide et le public cosmopolite donnait l'impression que le monde entier (du secours en montagne) s'était donné rendez vous au pied du Mont Blanc. Et c'était vrai ! Tandis que les commissions aérienne et secouriste se tenaient dans le prestigieux centre des congrès du Majestic, la commission médicale se retrouvait dans la mairie de Chamonix. Force fut rapidement de constater que les débats « scientifiques » médicaux n'allaient pas être à la hauteur de mes attentes. En effet, plusieurs heures durant, nous avons dû décortiquer des textes « d'experts » préalablement écrits (mais non diffusés préalablement aux congressistes), et les corriger en « live ». La thématique faisait d'abord rire Monsieur de La Palisse dans sa tombe puisqu'il s'agissait de savoir s'il fallait recommander l'utilisation du KED pour les traumatisés de colonne. Rassurez vous la réponse fut Oui ! Autre thématique abordée : l'examen clinique du traumatisé en montagne. Ce n'est pas une blague ! Nous avons lutté à couteaux tirés pour dire qu'un emphysème sous-cutané était un signe de traumatisme grave du thorax. En fait, tout le monde était d'accord, mais comme personne ne connaissait le bon terme en anglais cela a prit un bon moment avant que L'américain ne dise « I will fix it ! » phrase clé qui signifiait que notre anglais serait corrigé plus tard. Fabien et moi-même ( de même qu'un certain nombre d'autres « toubibs ») commencions à voir rouge. Nous nous demandions si un congrès international était bien l'endroit pour faire des cours de quatrième année de médecine. Autant vouloir apprendre à JB Allan à mettre une paire de crampons ! Heureusement les choses se sont arrangées comme toujours autour d'un café ou d'un repas. C'est dans ces moments informels que nous avons pu rencontrer nos homologues étrangers et échanger sur nos pratiques. Et puis les débats se sont un peu enrichis avec le Pr Walpoth de Genève qui propose la mise en place d'un registre international des hypothermies accidentelles tandis qu'une discussion sur l'utilisation des solutés hypertoniques en faible quantité apportait un peu de rigueur scientifique aux débats. Autre sujet cette fois informel : L'utilisation de la voie intra-nasale pour l'analgésie lorsque la pose de voie veineuse risque d'être compromise par le temps (qui passe ou qu'il fait). Certains comme les Ecossais ou les Autrichiens en ont une grande expérience. Nous avons également évoqué les discussions en cours dans les alpes Françaises concernant l'orientation précoce des traumatisés graves vers les centres adaptés. Enfin le principal point positif était que nous étions présents et actifs dans cette commission en tant que français participant activement au secours en montagne. À la raide et sérieuse imperfection teutonne, nous avons opposé une vision latine de professionnalisme jovial. Il y a au sein de la CISA IKAR, de la place pour des travaux scientifiques internationaux mais surtout pour de riches échanges. Nous devons absolument continuer à y être représentés.

**Séance plénière  
CHAMONIX  
8 au 12  
octobre 2008**

M. Blancher





## Bruno Geoffrey

### Salut l'ami

Bruno, c'est l'histoire d'une amitié, une amitié toute simple ... Qui a commencé, il y a de nombreuses années, En effet c'est lui qui m'a accueilli quand je suis arrivée sur Grenoble, un peu perdu, moi qui venais de quitter ma Provence natale.

Il m'a pris sous son aile (comme il aimait le faire) et il a guidé mes premiers pas dans la région, tant sur le plan professionnel (car il était mon aîné dans la spécialité) que sur le plan personnel (il a su me faire découvrir son Dauphiné et aimer ses montagnes, si chères à son cœur, il les connaissait toutes !)

C'était un accueil tout simplement humain, parce que Bruno était extraordinairement humain, humain et Généreux, toujours prompt à se réjouir du bonheur des autres. Généreux, oui c'est le terme qui le qualifie parfaitement.

Les années ont passé, très vite, On a fait plein de chose ensemble, à fond la caisse souvent ... c'était « la méthode Geoffroy » ! Le Rachais, Le Néron, le Mont Aiguille ... des tas de chose ... des tas d'aventures humaines.

Le Marathon, la Croatie, le tour du mont-blanc. Mais aussi le Râteau, le Grand Paradis, et le Mont blanc bien sûr, ce n'est pas rien le Mont Blanc !

Bruno avait cette faculté de vous dynamiser, de vous montrer que vous étiez capable de le faire, et il savait se mettre à votre porté, lui qui avait une condition physique exceptionnelle. Oui, les années sont passées, mais trop vite ... Il reste des tas de chose à faire, mais qu'on ne fera plus ensemble...

Comme le Mercantour en septembre dernier que je regretterai à jamais de ne pas avoir fait avec lui.

Une amitié toute simple, c'est quand on s'appelle pour un oui ou pour un non ...

Pour boire un café, pour manger ensemble, pour parler de la météo, des projets du WE et bien sûr de la famille, des enfants, il était très fier de ses enfants ...



Mais l'amitié, ça ne se garde pas jalousement, ça se partage ... Et ce matin, j'aime l'idée de ne pas avoir été le seul de ses amis.

Et si j'ai le difficile et douloureux privilège de pouvoir exprimer ma peine aujourd'hui à voix haute, je voudrais me faire le porte parole de toutes ces voix anonymes et silencieuses qui aujourd'hui en ont aussi, gros sur le cœur.

Je n'en citerai aucune, pour n'en froisser aucune, car j'en oublierai forcément, tant il y en a !!! y a en a qui sont là parmi nous, nombreuses, mais il y en a qui sont absentes, éloignées provisoirement ou empêchées professionnellement.

S'il me fallait en faire la preuve, de cet attachement, il me faudrait dire toutes ces marques de sympathie, que l'on ma chargé de transmettre à la famille, il me faudrait dire tous ces regards silencieux, car trop chargé d'émotion pour pouvoir être traduit par des mots.

Lundi, un hommage a été rendu à Bruno sur Ski tour, un site qu'il affectionnait particulièrement. J'y ai relevé certaines expressions que je vous livre, telles quelles : Passionné, enthousiasme, enthousiaste, joie de vivre, personne riche et intègre, grande humanité, humilité, disponibilité, son éternel sourire, un être rare, gentillette, un grand sens de l'amitié...

Oui il était tout ça Bruno, et il va sacrément nous manquer !"



## Pierre Lombard

Enorme tristesse à l'annonce du décès de **Pierre Lombard**, le gardien du refuge de Larche, dans les pentes terminales du Germas. Une chute causée par une avalanche et s'achevant dans les rochers est à l'origine de l'accident. Quelques jours avant, il nous avait accueilli lors de notre étape de la GTA avec gentillesse et dévouement.

Voyageur, aventurier, himalayiste, auteur en 1982 d'une des premières traversée intégrale à ski de l'arc alpin, découvreur de pentes raides dès les années 70 en Ubaye et ailleurs, Il laisse un grand vide dans la famille des montagnards et des gardiens de refuge.

## Denis Salvador et Florian Thevenot

Toute la gendarmerie se trouve, une fois encore, endeuillée par la mort brutale de deux des siens. Le lundi 18 février, les gendarmes **Denis Salvador et Florian Thevenot** participent à une course en service dans le massif du Mercantour. Alors qu'ils progressent dans un couloir sur la face Ouest du Mont Pelago, une pierre heurte brutalement leur cordée et l'entraîne dans une chute fatale. Au sein du peloton de gendarmerie de haute montagne de Saint-Sauveur-sur-Tinée, où leurs camarades ont déjà vu disparaître l'un des leurs, le gendarme François Widmann, mort lui aussi en montagne le 9 mars 2006, la douleur est profonde. Nous partageons la tristesse de leurs familles et de leurs camarades. Les sauveteurs en montagne ont choisi de protéger et de secourir les autres au péril de leur vie. Ce choix, fait de passion et d'altruisme, leur impose, comme à tout sauveteur, une discipline personnelle et un entraînement exigeants. La mort de Denis et de Florian nous rappelle cruellement le prix que paie le secours en montagne pour assurer la sécurité de nos concitoyens.





Association Nationale des Médecins du Secours en Montagne -

**Bientôt notre nouveau site**

Notre nouveau site web permettra prochainement de retrouver l'A.N.M.S.M. et le D.I.U.M.U.M. sur un même portail avec un max d'infos utiles

**www.secoures-montagne.fr**

« Petit mémento de l'association »

Le bureau et ses délégués régionaux

- Président : Pierre Girardet ([PGirardet@chu-grenoble.fr](mailto:PGirardet@chu-grenoble.fr))
- Vice Président : Frank Mengelle ([mengelle.f@chu-toulouse.fr](mailto:mengelle.f@chu-toulouse.fr))
- Trésorier : France Rocourt ([france.rocourt@wanadoo.fr](mailto:france.rocourt@wanadoo.fr))
- Secrétaire : Christophe Laniece : ([christophe.laniece@free.fr](mailto:christophe.laniece@free.fr))
- Guide : Pierre Durand, ([dudu.famille@dbmail.com](mailto:dudu.famille@dbmail.com))
- Guide : Jean Bernard Allan ([allan.jb@wanadoo.fr](mailto:allan.jb@wanadoo.fr))
- Délégué à la CISA IKAR : Xavier Ledoux ([x-ledoux@wanadoo.fr](mailto:x-ledoux@wanadoo.fr))
- Région Valais (Sion) : Jacques Richon ([jrichon@omedia.ch](mailto:jrichon@omedia.ch))
- Chamonix : Bernard Fontanille ([bernard-Fontanille@wanadoo.fr](mailto:bernard-Fontanille@wanadoo.fr))
- Annecy : (on attend un candidat)
- Tarentaise : Stanislas Prieur ([stan.p@freesurf.fr](mailto:stan.p@freesurf.fr))
- Maurienne : François Albasini ([f.albasini@club-internet.fr](mailto:f.albasini@club-internet.fr))
- Grenoble : France Rocourt ([france.rocourt@wanadoo.fr](mailto:france.rocourt@wanadoo.fr))
- Briançon : Olivier Briot ([Obriot@voila.fr](mailto:Obriot@voila.fr))
- Digne : Fabien Argenone ([fargenone@ch-digne.fr](mailto:fargenone@ch-digne.fr))
- Aurillac : Mourad Chouaki ([mchouaki@libertysurf.fr](mailto:mchouaki@libertysurf.fr))
- Tarbes : Laurence Girard ([lgirard@ch-tarbes-vic.fr](mailto:lgirard@ch-tarbes-vic.fr)).

Effectifs de l'association à ce jour :

Membres cotisants : **119**

Membres sympathisants : 138 (n'ayant pas réglés leur cotis. !!!)

**Photo Quiz**

« Qui suis-je ? »

Indices

Je vais souvent au « fond » des choses

Je gère des richesses

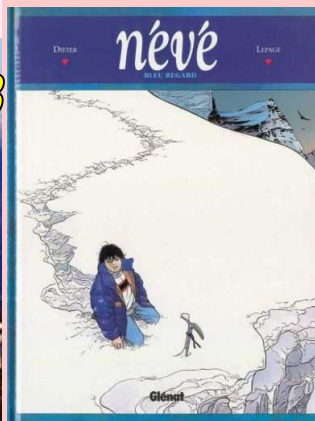
Altruisme et ubiquité sont mes deux mamelles !!!



**LE LIVRE DU MOIS ... EST UNE BD**

Dd

Névé vit avec intensité les étapes qui le mènent à l'âge adulte. Enfance dure, suite à pas mal de drames. C'est un hymne aux sentiments où l'itinéraire d'un enfant devient une aventure. Beaucoup de grands espaces qui nous font voyager, souvent en montagne. Se lit un peu comme un roman qu'on aurait avec nous au fond d'une crevasse !



5 albums plus un « intégrale ».  
Scénario : Dieter  
Dessin : Lepage Emmanuel  
Couleurs : Alluard Marie-Paule



Editions  
Glénat  
Collection  
Grafica

Quelle est le point commun entre les alpinistes et les hommes qui épousent des blondes ?  
..... - Ils n'ont pas peur du vide

**Samedi 13 décembre 2008**  
**Assemblée Générale**  
**à**  
**Grenoble**

- Un alpiniste, dont la corde vient de céder, se rattrape in extremis à une paroi verglacée.
- Sentant ses doigts glisser, il demande :  
- Il y a quelqu'un ?
- Une voix profonde lui répond :  
- C'est moi, Dieu ! Si tu crois en moi, lâche tes deux mains, un ange te rattrapera.
- L'alpiniste réfléchit longuement, puis demande :  
- Il n'y aurait pas quelqu'un de l'ANMSM plutôt ?



**réponse du photo quiz précédent**

DZ la Bérarde (38)  
Dr Philippe M. (samu 38)  
(photo Charles Augereau ±1976)

# ASSOCIATION NATIONALE DES MEDECINS DU SECOURS EN MONTAGNE

**Siège social : Maison des Parcs et de la montagne**  
**73000 CHAMBERY**  
 N° SIRET : 442 461 265 000 13  
 Code APE : 913 E

**Président : Pr Pierre GIRARDET**  
**Trésorière : Dr France ROCOURT**  
**Secrétaire : Dr Christophe LANIECE**

## BULLETIN A RETOURNER A LA TRESORIERE

**Dr France ROCOURT**  
**461 chemin de la Veyrie**  
**38330 ST NAZAIRE LES EYMES**

### ADHESION ANMSM 2009

JE SOUSSIGNE (nom /prénom) :.....

JOINS A CE COUPON UN CHEQUE DE 30 € CORRESPONDANT A MON ADHESION A L'ANMSM POUR L'ANNEE 2009.

A ..... LE .....

SIGNATURE

#### ACTIVITE PROFESSIONNELLE :

Médecin (dont étudiant)

spécialité :  MG     médecin de montagne     urgences/anesthésie réa     autre  
 type d'exercice principal :  libéral  hospitalier

Je participe au secours en montagne  oui  non. Si oui : pool de garde de : .....

Profession paramédicale :  
 Secouriste :  PGHM  CRS  SP  
 Equipage hélico :  
 Autre :

#### COORDONNEES PROFESSIONNELLES :

Institution/service :

Adresse :

Téléphone :

Portable :

Email :

#### COORDONNEES PERSONNELLES:

Adresse :

Téléphone :

Portable :

Email :