

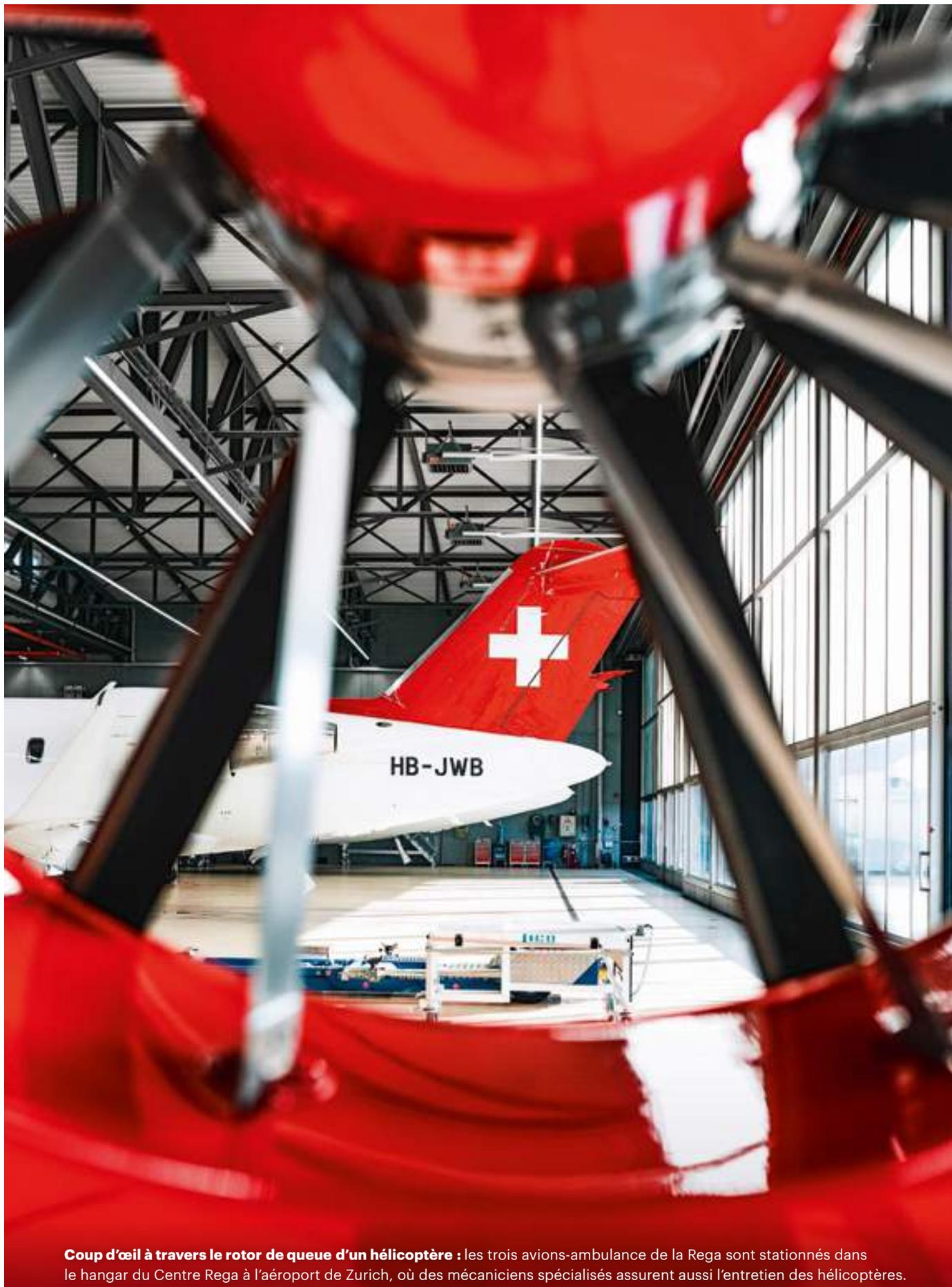
Rencontres Un réseau pour la Suisse Les quatorze bases d'intervention et la centrale nationale de sauvetage aérien de la Rega veillent à ce que les personnes en détresse reçoivent rapidement une aide médicale. **16**

Horizons Deux patients à bord Un faux pas met soudainement fin aux vacances d'été de deux hommes, qui sont rapatriés en avion-ambulance. **24**



Atterrissage de précision

Les opérations d'hélicoptère demandent une grande dextérité. Inventaire des multiples paramètres concourant à la réussite de ces missions exigeantes. **18**



Coup d'œil à travers le rotor de queue d'un hélicoptère : les trois avions-ambulance de la Rega sont stationnés dans le hangar du Centre Rega à l'aéroport de Zurich, où des mécaniciens spécialisés assurent aussi l'entretien des hélicoptères.

« La Rega n'a rien d'une évidence »



Karin Hörhager
Rédactrice en chef

Chère lectrice, cher lecteur,

J'espère que vous avez bien profité de vos vacances d'été. Pour ma part, j'ai pu, après une attente de deux ans, rendre à nouveau visite à mes amis et à ma famille de l'autre côté de l'Atlantique. Un jour, nous avons fait une randonnée guidée dans un canyon sur les traces des peuples autochtones d'Amérique. Alors que nous venions d'arriver au bout du canyon, après deux heures et demie de marche, le guide a glissé en voulant se retourner pour nous expliquer quelque chose. Résultat : fracture du poignet et de l'avant-bras. Mon premier réflexe a été de me dire : « Pas de problème, j'ai l'appli Rega et peux obtenir de l'aide. » Sauf que nous n'étions pas en Suisse. Ici, dans le sud des États-Unis, pas de système de sauvetage rassurant et bien rodé comme chez nous. La seule option était de refaire toute la marche en sens inverse, par une température de 38 °C, pour pouvoir enfin appeler les secours. Mais même là, il ne fallait pas compter sur un hélicoptère : trop loin, « pas assez grave ». Ce n'est qu'après plus d'une heure qu'une ambulance est arrivée et que les douleurs de notre guide ont pu être soulagées. Une fois de plus, j'ai réalisé la chance que nous avons en Suisse d'avoir la Rega. Quand j'ai raconté à mes amis qu'en cas d'urgence médicale, elle me rapatrierait même depuis les États-Unis, ils n'en ont pas cru leurs oreilles – et moi, j'étais une nouvelle fois fière de notre Rega. Cette organisation n'a rien d'une évidence.

Afin de pouvoir nous rendre le plus vite possible auprès de nos patient·e·s, nous gérons un réseau de 14 bases réparties à travers tout le pays. Rendez-vous en page 16 pour en savoir plus sur notre dispositif d'intervention.

Je vous souhaite une belle fin d'automne.

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'KH'.

4



8

Partie en tournée à ski puis sauvée sur un glacier



24

Retour de vacances en avion-ambulance

Magazine de la Rega 1414 |
Numéro 99, novembre 2022 |
Parution semestrielle | Tirage
1,9 million.

Éditeur

Garde aérienne suisse de sauvetage
Rega
Case postale 1414
8058 Zurich-Aéroport
www.rega.ch
Compte postal 80-637-5

Conseil de fondation

Michael Hobmeier*, président,
Bäch | Christian Kern*, Prof. Dr.
med., vice-président, Genève |
Patrizia Pesenti*, Zollikon |
Gabi Huber*, Dr. iur., Altdorf |
Josef Meier*, Wettingen |

Heidi Hanselmann, Walenstadt |
Thomas P. Emmerich, Riehen |
Marco Maggiorini, Prof. Dr. med.,
Schindellegi | Adrian Amstutz,
Schwanden (BE) | Franz Stämpfli,
Innertkirchen | Gerold Biner,
Zermatt | Thomas Holderegger,
Waldstatt | Markus Furrer, Prof.
Dr. med., Felsberg | Paul Hälgl,
Dr. sc. techn., Wollerau | Thomas
von Wyl, Dr. med., Unterseen
(* = membres du comité directeur)

Direction

Ernst Kohler, CEO / président |
Roland Albrecht, PD Dr. med.,
médecin-chef | Andreas Lüthi, chef
des finances | Karin Hörhager,
communication et donateurs |
Heinz Leibundgut, procédures et

formation hélicoptère | Urs Nagel,
opérations Jet | Philipp Simmen,
opérations hélicoptère

Rédaction

Karin Hörhager, rédactrice en chef |
Karin Zahner, direction éditoriale |
Rukiyye Besler | Maria Betschart |
Mathias Gehrig, iconographie |
Federica Mauri | Adrian Schindler |
David Suchet | Jérôme Zaugg |
Corina Zellweger

Photos

Tom Lüthi (p. 1, 13-15, 21-22) | Markus
Petz (p. 2) | Karin Hörhager (p. 4,
8-12) | Adrian Schindler (p. 4, 24-27,
30) | Béatrice Devènes (p. 6) |
Peter Schmidlin (p. 6) | Marco
Sinopoli (p. 7) | David Suchet (p. 7) |

Laurianne Aeby (p. 28)

**Conception/Graphisme/
Préresse**

Source Associates AG, Zurich

Production

tutto fatto, Zurich

Impression

Swissprinters, Zofingue



Reproduction avec indication des sources.



18

Exercice avec le treuil de sauvetage

S

Savoir vous signale au passage de plus amples détails sur le sujet traité.

1414

Online Les différents liens vous aiguillent vers plus d'informations et des images spectaculaires !

*

Informations supplémentaires sur la thématique dont nous ne voulions pas vous priver.

- ▶ Rendez-vous en ligne :
www.rega.ch
www.facebook.com/regal414
www.instagram.com/rega_offiziell

6 **Take off** dans le monde de la Rega.

Rencontres

- 8 **Chute de 30 mètres** d'une jeune femme lors d'une sortie en peaux de phoque.
- 13 **24 h Rega avec Kirsten Hannibal**, qui veille à ce que l'équipage et les patient·e·s aient tout ce qui nécessaire à bord.
- 16 **Le dispositif d'intervention** de la Rega, gage d'une assistance médicale aérienne aussi rapide que possible.
- 18 **Point de mire** : l'entraînement des équipages à l'utilisation du treuil de sauvetage.
- 21 **Opinion** : de l'importance d'alerter la Rega au plus vite.

5

Horizons

- 22 **Dialogue** : Lukas Styger, chef ambulancier, évoque la formation des nouveaux membres d'équipage.
- 24 **Faux pas en Crète** : victime d'une chute, Remo Lack se retrouve plongé dans un grand désarroi.
- 28 **Rapport d'intervention** : une empathie particulière est requise pour un transfert interhospitalier.
- 29 **Rega-Kids** : gagnez de super prix tout en vous amusant.

Navigation

- 30 **Savoir** se protéger d'une hypothermie.
- 33 **Shop Rega** : découvrez tout l'assortiment des articles Rega les plus prisés.

Take off

En bref

6



Base Rega de Samedan : visite du conseiller fédéral Alain Berset

En juillet, la base Rega de Samedan a accueilli des invités de prestige. La délégation italo-suisse conduite par le conseiller fédéral Alain Berset et le ministre italien de la santé Roberto Speranza a pu se faire une idée des différents moyens d'intervention déployés par la Rega, et notamment découvrir trois de ses aéronefs : le tout nouvel Airbus H145 à cinq pales, un hélicoptère de montagne de type Agusta-Westland Da Vinci, de même qu'un avion-ambulance Bombardier Challenger 650.

Les membres de l'équipage ont expliqué leur travail ainsi que les capacités en termes de médecine et de sauvetage offertes par les appareils de la Rega, qui font partie des plus modernes à l'échelle mondiale. S'adressant à la délégation italienne, Alain Berset a présenté la Rega comme un acteur incontournable de la médecine aérienne de premier recours et comme un maillon essentiel du système de santé suisse.

Interventions en faveur des paysans de montagne



Le 22 août 2022, la centrale d'intervention de la Rega a coordonné au total 39 vols contadino en faveur des paysans de montagne – un chiffre sans précédent. Dans le cadre de ces missions qui consistent à évacuer des animaux de rente blessés ou morts vers le prochain lieu accessible par la route, la Rega fait appel à des compagnies d'hélicoptères commerciales. Une partie des vols est effectuée par de jeunes pilotes Rega aux commandes de l'hélicoptère d'entraînement Airbus H125.

Mettez à jour vos données

Vous avez déménagé récemment ? Votre famille s'est agrandie ? Pour faciliter la correspondance, veillez à ce que vos données soient complètes et à jour en nous signalant d'ici fin décembre les éventuels changements à apporter à vos informations personnelles. Nous pourrions ainsi vous faire parvenir en début d'année une facture QR correcte.

► Internet : www.rega.ch/contact
téléphone : 0844 834 844 (prix d'un appel local)
du lundi au vendredi, de 8h à 17h.



Concours Rega : des hélicoptères en visite scolaire

La Rega, qui fête cette année ses 70 ans, a lancé à cette occasion le « Rega School Challenge ». De nombreuses classes ont participé à ce concours destiné aux écoliers et répondant au mot d'ordre « En avant les petits avions en papier ! » Prix principal : assister à l'atterrissage d'un hélicoptère de sauvetage Rega à proximité de l'école. Le jury a sélectionné trois classes gagnantes parmi les quelque 120 projets créatifs présentés. Enthousiastes, les élèves lauréats ont assailli de questions les trois équipages Rega venus leur rendre visite. Une vidéo revient sur les moments inoubliables que les enfants ont vécus au moment de l'atterrissage.

► Vidéo « En visite chez les gagnants du Rega School Challenge »
www.rega.ch/videogagnants

Canton de Genève : la Rega investit dans le sauvetage aérien



Accidents, maladies, vols de recherche : le champ d'intervention de la base, jusque-là partenaire, est vaste. La récente convention conclue par le canton de Genève, les Hôpitaux Universitaires (HUG) et la Rega permet la poursuite d'une collaboration de plusieurs décennies au service des patientes et des patients. Dans ce cadre, la Rega stationnera à Genève un nouvel

hélicoptère à cinq pales de type Airbus H145. Il s'agira d'agrandir le hangar existant et d'aménager des chambres destinées à accueillir les équipages qui, à l'avenir, y passeront aussi la nuit. Cette disponibilité nocturne accrue renforcera encore l'aide médicale aérienne.



Un plaid douillet propice à la détente

Cette couverture grise en velours de la marque Eskimo vous prodiguera chaleur et confort. Composée de polyester et de viscose, elle est garnie d'une bordure rouge cousue à la main.

- Dimensions : 150 x 200 cm
- CHF 79.-

► Commandes : shop Rega à partir de la page 33 ou sur www.rega.ch/shop

Les chiffres clés de cette édition

860

victimes d'accidents de montagne ont été transportées l'an dernier par la Rega.

14

bases d'intervention sont exploitées par la Rega partout en Suisse.

34

c'est le nombre de tiroirs du « pater-noster », l'endroit où est stocké le matériel des avions-ambulance.

8

Une chute de 30 mètres

Lors d'une randonnée à ski, une femme tombe et dévale une bande rocheuse sur un glacier. Cela n'augure rien de bon. Précision et rapidité d'exécution seront les maîtres-mots pour la tirer, au bout du treuil, de ce bien mauvais pas.



860

patientes et patients ont été transportés l'an dernier à l'hôpital par la Rega suite à un accident en montagne.

10

Ce dimanche de Pâques s'annonce sous les meilleurs auspices : un grand soleil, des températures agréables, des conditions de neige favorables. Sans surprise, il y a beaucoup de monde en montagne. C'est le cas notamment d'une jeune enseignante du canton de Berne, qui a décidé de monter en peaux de phoque avec une amie sur le Giglistock (BE), dans le massif des Alpes uranaises. L'accident survient à la montée : la jeune femme perd l'équilibre, glisse, chute par-dessus une barre rocheuse et atterrit 30 mètres plus bas sur le glacier du Steinlimi. De nombreux skieurs et skieuses sont témoins de la scène. Plusieurs d'entre eux et elles accourent auprès de la victime pour aider son amie à dispenser les premiers secours. La Rega est alarmée.

Impossible d'atterrir sur le lieu de l'accident

Il est pratiquement 10h30, la centrale d'intervention de la Rega a bien reçu l'alerte. La cheffe d'opération de service aujourd'hui, Conny Hirt, mobilise sans tarder l'équipage de la base de Wilderswil. Sur place, la médecin d'urgence Selina Hauser, l'ambulancière Andrea Crivelli et le pilote Rick Maurer sont justement en train de sortir l'hélicoptère hors du hangar. Avec leur

expérience du terrain, il leur suffit d'un coup d'œil à l'extrait de carte reçu simultanément pour comprendre qu'un atterrissage sur site n'est guère envisageable. Pendant que Rick Maurer met les turbines en marche, Selina Hauser enfile déjà un harnais en vue de l'hélicoptère. De même, Andrea Crivelli délaisse sa place habituelle à gauche du cockpit pour s'installer directement dans la cabine, sur le siège pivotant depuis lequel elle actionnera le treuil. Deux décisions qui vont bientôt se concrétiser par un gain de temps précieux. Car désormais, chaque minute compte, puisque la victime a chuté de 30 mètres ! « À chaque mission, nous réfléchissons aux différents scénarios



En approche de la place d'atterrissage intermédiaire : la patiente est transportée au treuil jusqu'à la Tierberglühütte.

S Les tâches de l'équipage lors d'un hélicoptère



Le pilote stabilise l'hélicoptère dans les airs et veille à ce que la charge au bout du treuil ne balance pas. Dans l'impossibilité de voir la patiente, il se fie aux instructions du ou de la treuilliste.



L'ambulancière joue le rôle de treuilliste. Elle (ou il) actionne le treuil depuis la porte latérale ouverte pour faire descendre la médecin d'urgence jusqu'à la patiente. L'ambulancière est en contact avec le pilote via la radio de bord.



La médecin d'urgence assure une prise en charge médicale rapide de la patiente et la prépare au treuillage. Le ou la médecin dispose pour cela de trois options : le triangle d'évacuation, le sac de treuillage ou le filet horizontal (voir en pages 18/19.)



Embarquement : la médecin d'urgence et l'ambulancière aident la patiente à monter dans la cabine.

rios possibles et nous essayons d'anticiper. Mais il ne s'agit pas non plus de choisir une option et de foncer tête baissée, il faut savoir s'adapter aux imprévus. Ce jour-là, nous nous étions préparés au pire », précise Rick Maurer, également chef de la base.

Préparer la place d'atterrissage intermédiaire

L'hélicoptère décolle quelques minutes seulement après la réception de l'alarme. Il fait toutefois une brève halte à Meiringen pour embarquer le guide de montagne Simon Flückiger : de garde, le spécialiste du sauvetage héliporté (SSH) du Club Alpin Suisse CAS (voir encadré), va apporter toute

son expérience pour ce sauvetage en terrain difficile.

Le reste du vol est très court, mais la cheffe d'opération Conny Hirt profite de ces quelques instants pour envoyer d'autres informations sur les portables et tablettes de l'équipage. La patiente semble avoir eu de la chance dans son malheur : elle est consciente et peut bouger – à bord de l'appareil, c'est le soulagement. Malgré tout, la victime doit être transportée en urgence à l'hôpital. Il va falloir aller vite ! L'équipage anticipe donc déjà sur la suite, à commencer par l'impératif de trouver une place d'atterrissage intermédiaire où la skieuse pourra être transbordée dans la cabine. Rapidement, le choix se porte sur la Tierberglühütte, toute proche. Conny Hirt informe le gardien qu'un hélicoptère de la Rega va bientôt se poser devant sa cabane : celui-ci a ainsi le temps de préparer le site, de replier les parasols, de fermer les volets et de demander aux éventuels client-e-s de s'éloigner de la place d'atterrissage intermédiaire. « Tout au long de la mission, je suis une sorte de quatrième membre d'équipage. Je soutiens les trois autres, par exemple en mobilisant des partenaires d'intervention, en assurant la coordination avec eux ou en annonçant les patient-e-s auprès de l'hôpital », explique la cheffe d'opération.

L'hélicoptère arrive maintenant sur le lieu de l'accident. Un rapide survol permet de ▶

Lors d'une intervention, l'équipage élabore différents scénarios et essaie d'anticiper, ce qui pourrait l'attendre.

S Un spécialiste au bout du treuil

Les spécialistes du sauvetage héliporté (SSH) épaulent systématiquement l'équipage de l'hélicoptère lorsque leur expérience en technique alpine ou leur soutien est requis pour des opérations de sauvetage ou de dégagement. Ils l'aident à évaluer les risques liés aux dangers de la montagne et apportent leurs connaissances de la topographie et des itinéraires pour les recherches et sauvetages en terrain escarpé et difficile d'accès.



12

À l'hôpital : Selina Hauser, médecin d'urgence de la Rega, détaille à sa consœur les circonstances de l'accident et les médicaments administrés.

reconnaître les lieux et confirme l'impossibilité de poser l'appareil à proximité de la patiente. En revanche, le pilote va pouvoir faire débarquer ses passagers lors d'une dépose en appui : dans cette manœuvre, Rick Maurer amène son hélicoptère au ras du glacier. Il lui fait toucher le sol uniquement avec la roue avant et avec une des roues arrière. Il le maintient dans cette position jusqu'à ce que la médecin d'urgence, l'ambulancière et le spécialiste du sauvetage soient sur le glacier. Le pilote s'envole ensuite vers la place d'atterrissage, parfaitement préparée, devant la Tierberglühütte. Il va désormais attendre que ses collègues lui demandent par radio de revenir pour l'hélicoptère.

Beaucoup de chance

De leur côté, la médecin d'urgence et l'ambulancière ont pris en charge la patiente. Un premier examen montre que la skieuse a effectivement eu beaucoup de chance. Mis à part une fracture du coude, diverses écorchures et d'importantes contusions, aucune blessure majeure à signaler – et cela après une chute de 30 mètres depuis une paroi rocheuse ! Pendant que les deux professionnelles de la Rega lui

administrent des antidouleurs et l'installent dans le triangle d'évacuation en vue du treuilage, le spécialiste du secours hélicoptéré Simon Flückiger récupère son équipement, éparpillé aux alentours. Il informe aussi les premiers secouristes de la suite des opérations. La patiente est désormais prête à être transportée. Selina Hauser prévient le pilote, l'hélicoptère arrive.

Andrea Crivelli est la première à embarquer dans l'hélicoptère en dépose. Immédiatement, l'appareil reprend de l'altitude, effectue un virage et revient se positionner au niveau de l'accident, cette fois en hauteur. Pour les derniers mètres, le pilote se fie aux instructions brèves et précises de l'ambulancière : le crochet du treuil doit arriver dans la main de la médecin. « En cas d'hélicoptère, la communication entre le pilote et moi est décisive. Le câble fait 90 mètres, le pilote ne peut pas voir le crochet. C'est à moi de le guider, en tenant compte de beaucoup de paramètres : le vent, le souffle des rotors, les oscillations du câble, etc. Je dois rester très concentrée », explique Andrea Crivelli.

À peine Selina Hauser s'est-elle arrimée avec sa patiente au crochet que le puissant bimoteur « Da Vinci » les soulève en toute sécurité pour les déposer quelques instants plus tard sur la place d'atterrissage intermédiaire devant la cabane du CAS. La skieuse y est transférée avec précaution dans la cabine, puis transférée à l'hôpital, où Selina Hauser la confie au personnel médical pour la suite du traitement. Mais l'intervention n'est pas encore terminée ! Il faut d'abord déposer Simon Flückiger chez lui, puis, une fois à la base, regarnir les stocks de matériel et faire le plein. Rega 10 est alors fin prête pour une nouvelle mission.

Karin Hörhager

24h Rega

Kirsten Hannibal, 48 ans, collaboratrice à la Logistique médicale

Seringues, chocolat ou oxygène – Kirsten Hannibal veille à ce que les avions-ambulance de la Rega soient équipés pour répondre aux besoins des patient-e-s et des équipages.

Infirmière de formation, Kirsten Hannibal travaille depuis deux ans à la Logistique médicale de la Rega. Avec ses deux collègues, elle fait en sorte que le matériel d'intervention et appareils médicaux soient disponibles à toute heure – et en parfait état – à bord des avions-ambulance.

Le « paternoster », ascenseur circulaire installé dans le stock médical de la Rega, occupe une place essentielle dans son travail. Doté de 34 « tiroirs », il contient tout ce dont équipages et patient-e-s ont besoin au cours des interventions en avion-ambulance : médicaments, pansements, tampons, seringues, masques respiratoires ou stylos. Kirsten Hannibal veille à ce que les stocks soient suffisamment approvisionnés pour permettre aux médecins ainsi qu'aux infirmiers et infirmières en soins intensifs de remplacer rapidement le matériel usagé une fois leur mission achevée. De même, elle garde toujours un œil sur les réserves de café, de jus d'orange, de lait ou de chocolat afin que les passagers et les membres de l'équipage ne manquent de rien durant le vol. Lorsque les provisions s'amenuisent, elle commande les produits concernés auprès de la logistique interne ou d'un fournisseur externe.



Les avions-ambulance de la Rega sont munis de différents appareils médicaux servant par exemple à la ventilation ou à la surveillance des patient-e-s. « Nous testons minutieusement les équipements à intervalles réguliers et vérifions que les batteries soient chargées en permanence. » Les incubateurs pour prématurés sont aussi régulièrement vérifiés en détail par l'équipe de la Logistique médicale.

Kirsten Hannibal est également responsable de la lessive : les draps, housses de coussin et autres

couvertures en laine utilisés à bord sont lavés avec soin après chaque intervention. Elle apprécie la variété de son travail : « Nous entretenons des contacts avec différents collaborateurs et collaboratrices de la Rega et faisons office d'intermédiaires entre la logistique et les équipes d'intervention. Nos journées se ressemblent rarement. » La logisticienne, qui a exercé le métier d'infirmière dans un hôpital cantonal et auprès d'un service d'aide et de soins à domicile, ajoute : « À la Rega, je contribue en coulisse au secours de personnes en détresse, ce qui me procure une grande satisfaction. »

Karin Zahner



L'équipe de la **Logistique médicale** veille à ce que les équipages disposent toujours du matériel nécessaire.

Suite en page 14 ►

« Nous servons d'intermédiaires entre la logistique et les équipages. »



07:15

▲ La journée commence tôt : Kirsten Hannibal vérifie le contenu du « paternoster » et commande le matériel manquant. C'est là qu'est entreposée la plus grande partie de l'équipement des avions-ambulance.



08:35

◀ Kirsten Hannibal contrôle le stock de médicaments rangés dans le frigo.



10:00

◀ Elle est également chargée de repasser le linge utilisé à bord des avions.

► Vérification de la date de péremption des médicaments entreposés dans l'armoire des médicaments.



11:20



14:00

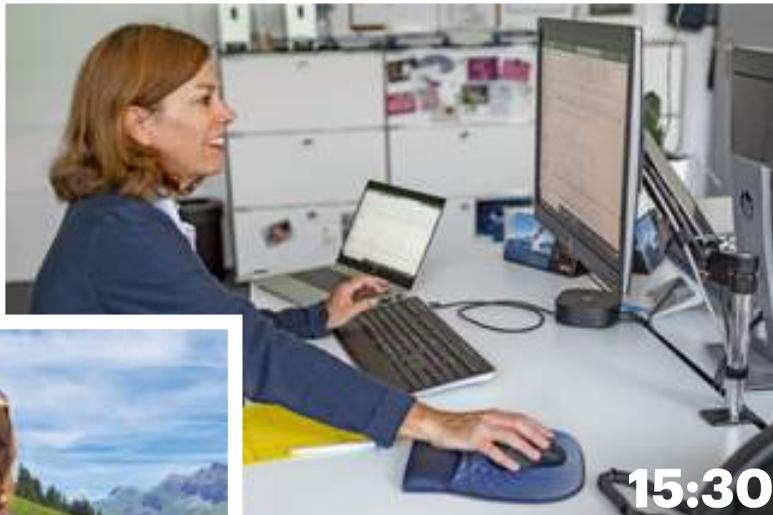
◀ Kirsten Hannibal contrôle régulièrement les fonctions de l'incubateur pour prématurés.

► Dans l'avion-ambulance, Kirsten Hannibal prête main-forte à l'équipage et l'aide à remplacer le matériel usagé.



14:45

► Réapprovisionner les stocks à temps : son travail comporte également un volet administratif. La concentration est de mise pendant l'après-midi.



15:30



17:30

◀ Rien de tel que l'air des montagnes pour recharger ses batteries.

Un réseau pour la Suisse

Comment être sûr de toujours arriver rapidement auprès des patients ? En ne partant jamais de trop loin ! Dans cette optique, la Rega s'appuie aujourd'hui sur 14 bases d'intervention réparties dans toute la Suisse et sur une centrale nationale de sauvetage aérien. Découvrez comment fonctionne le dispositif d'intervention de la Rega et comment nous garantissons que vous aussi vous pouvez être secouru·e rapidement en cas d'urgence.

16

15

minutes de vol sont nécessaires aux hélicoptères de la Rega au maximum pour atteindre n'importe quel endroit en Suisse.

Les bases d'intervention de la Rega quadrillent le territoire de telle sorte que les équipages des hélicoptères peuvent rallier n'importe quel point de Suisse en 15 minutes maximum. Le Dr Rudolf Bucher, fondateur de la Rega, avait déjà posé les bases de ce dispositif dès le début des années 1950. Dans son livre « Fliegen Retten Helfen », il écrit : « Nous aurons beau compresser le temps pour faire décoller nos aéronefs et être capables de rallier très vite des endroits relativement éloignés, (...) nous devons éviter dès le début de lancer toutes nos interventions depuis un même point. »

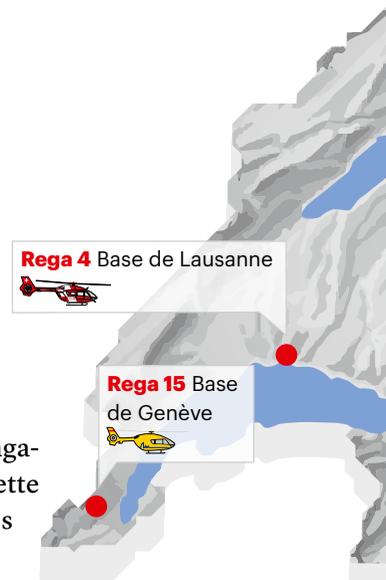
Une répartition offrant plus de flexibilité

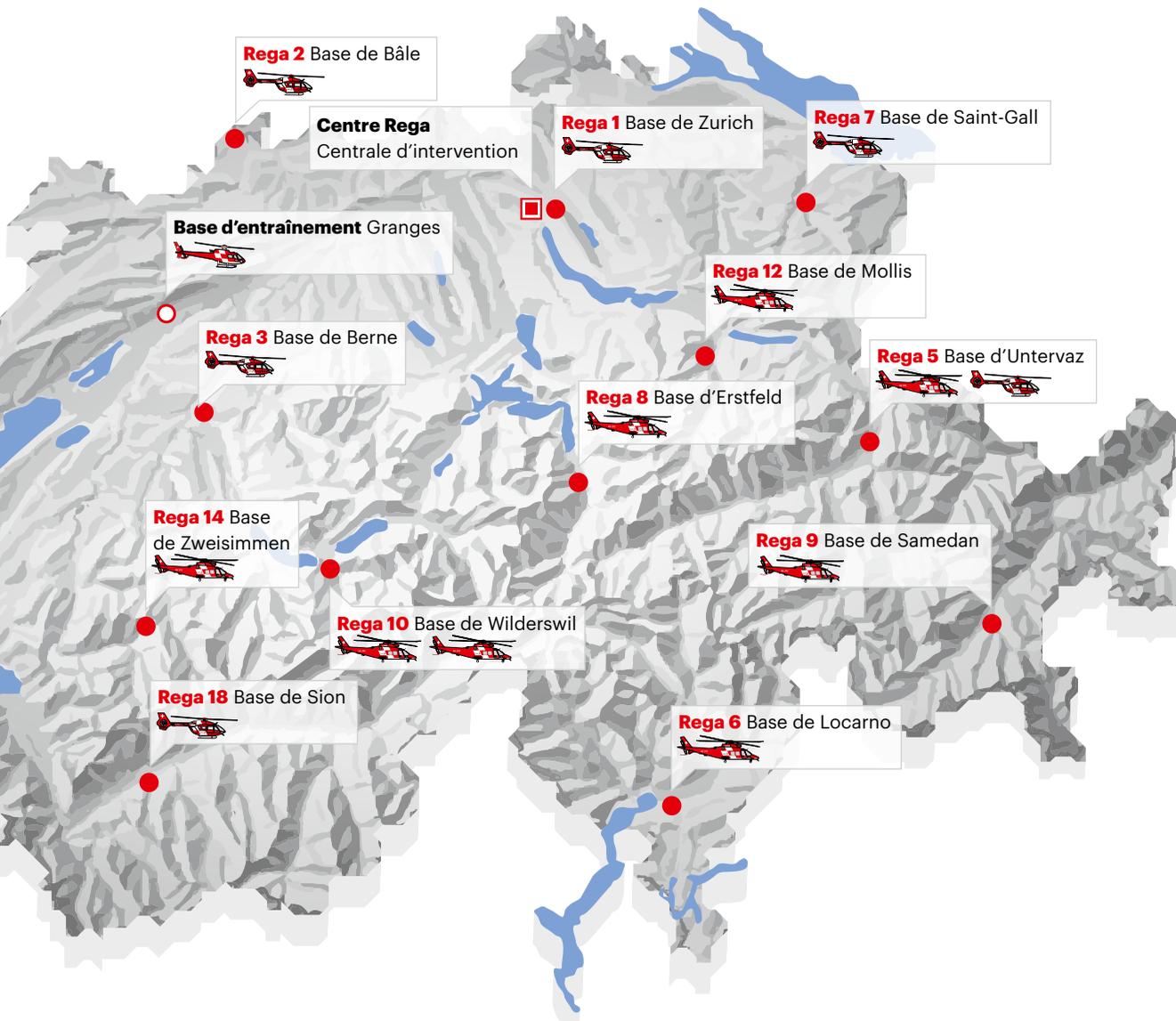
La répartition des moyens de sauvetage aérien sur différents sites décentralisés permet non seulement de réduire les distances d'approche, mais aussi d'offrir une plus grande flexibilité dans le choix des moyens : si l'équipage d'une base ne peut pas décoller en raison d'un épais brouillard, une autre base, se trouvant hors du brouillard, peut éventuellement prendre le relais. Depuis toujours, l'emplacement des bases de la Rega ne dépend pas des frontières cantonales ou des intérêts politiques, mais de facteurs importants pour le sauvetage aérien,

comme la topographie. L'Engadine en est un exemple : cette haute vallée de 80 kilomètres de long, située au sud-est de la Suisse, n'est pas accessible par temps couvert pour un hélicoptère stationné en dehors de la haute vallée. Mais comme la Rega veut aussi effectuer les soins médicaux de base par les airs 24 heures sur 24 en Engadine, elle exploite toute l'année une base sur l'aérodrome de Samedan.

La centralisation de la coordination : une nécessité

Une utilisation optimale, au meilleur des intérêts du patient, de ce dispositif reposant sur 14 bases disséminées dans tout le pays requiert une coordination centralisée de toutes les opérations. Ce n'est qu'ainsi que peut être mobilisé à coup sûr le plus proche des équipages indiqués au regard de toutes les missions en cours et d'autres paramètres tels que la météo. Les pionniers de la Rega l'avaient bien compris. Ils écrivaient dans le rapport annuel de 1961 : « Une centrale d'intervention a une vue d'ensemble sur les aéronefs disponibles ou en cours d'intervention [...]. Il est de notre responsabilité de veiller à ce que soient mobilisés les moyens d'intervention





les plus adaptés et les plus proches du lieu de l'accident. » – une conclusion plus actuelle que jamais au vu de la multiplication des interventions et de la complexité croissante du sauvetage aérien.

C'est en effet la combinaison d'une décentralisation des sites et d'une coordination centralisée des moyens d'intervention qui, en cas d'urgence, permet de garantir que l'assistance médicale aérienne arrive aussi vite que possible au patient.

Au cours de ces 70 dernières années, la Rega n'a donc pas uniquement investi dans ses bases et sa flotte d'hélicoptères, mais aussi dans sa centrale nationale de sauvetage aérien – cœur de son dispositif. Des chef-fe-s d'intervention spécifiquement formé-e-s aux exigences du sauvetage aérien y coordonnent toutes les missions héliportées. Ils ne se contentent pas d'engager l'équipage le plus proche et le plus approprié, ils l'assistent également pendant les interventions. Ils

se coordonnent aussi en permanence avec les partenaires d'intervention tels que les services de secours, les hôpitaux, les sauveteurs en montagne et les particuliers.

Financée grâce aux donations

Avec ce dispositif d'intervention, la Suisse dispose de l'un des réseaux de sauvetage aérien les plus denses au monde. Ce sont les pionniers de la Rega qui en ont posé la première pierre avec leurs analyses et leurs réflexions. Mais d'autres ont permis le financement de cette infrastructure coûteuse : jusqu'à aujourd'hui, ce sont les donatrices et donateurs de la Rega qui financent l'infrastructure par leur contribution solidaire. Ils nous permettent de développer constamment ce réseau au profit de la population suisse et d'améliorer ainsi l'assistance médicale aérienne. *Adrian Schindler*

S Des hélicoptères de sauvetage supplémentaires en cas de besoin

Nous savons par expérience qu'il faut s'attendre à une augmentation du nombre d'interventions, par exemple lors des beaux week-ends d'hiver ou des périodes de vacances. Des hélicoptères de sauvetage supplémentaires seront alors stationnés sur les bases Rega de Wilderswil et d'Untervaz. Ces derniers, appelés Rega 16 (Untervaz) et Rega 17 (Wilderswil), veillent à ce que l'aide médicale aérienne parvienne rapidement aux patient-e-s, même en cas d'affluence.

Le treuil de sauvetage

Lorsque l'hélicoptère ne peut atterrir à proximité du patient, la Rega recourt au treuil de sauvetage. C'est le cas quelque 1'400 fois par an, le plus souvent en terrain boisé, accidenté ou difficilement accessible. Chaque geste devant alors être millimétré, les équipages participent régulièrement à des exercices d'hélitreuilage, de jour comme de nuit.

S'entraîner régulièrement, un impératif

Les participants s'exercent au maniement des différents dispositifs de sauvetage selon des scénarios préétablis. Grâce à des procédures clairement définies, les diverses bases Rega sont en mesure de coopérer en tout temps dans le cadre de missions conjointes. Les membres des équipages s'astreignent à des entraînements réguliers, et notamment à des exercices trimestriels nocturnes.

18



Trois options pour hélitreuilier un patient



Le triangle d'évacuation permet, en quelques gestes, de transporter un blessé léger en position assise.



Le sac de treuilage est utilisé si le patient doit être transporté en position horizontale. Il est fixé sur un matelas coquille qui réduit les secousses.



Le filet horizontal sert surtout en terrain délicat, car il se glisse facilement sous le corps de la personne à secourir.



Le treuilliste

L'ambulancier joue le rôle de treuilliste. Sur les hélicoptères de type H145, il se place sur les patins de l'appareil, harnaché d'un gilet de sécurité. Il actionne le treuil au moyen d'un boîtier de commande pour faire descendre le médecin, et guide le pilote en continu via la radio de bord. Celui-ci ne jouit en effet que d'une visibilité limitée vers le bas.



Le **câble d'héltreuilage** supporte jusqu'à 270 kg.

Bien signalisé, le **crochet du treuil** est parfaitement visible en toute situation.

Sur le H145, le **dispositif de treuilage** peut être déplié à un angle maximal de 60 degrés. Il est rabattu lorsqu'il n'est pas utilisé.

19

Un instructeur expérimenté

Au cours de l'exercice, un instructeur Rega expérimenté – médecin d'urgence, ambulancier ou pilote d'hélicoptère – observe chaque geste depuis le sol et fournit des indications aux intervenants. L'équipe d'instructrices et d'instructeurs veille à ce que tous les corps de métiers représentés à la Rega bénéficient de formations et de perfectionnements professionnels.

Zoom sur le treuil de sauvetage

Des tests réguliers

Les interventions hélitreuillées représentent environ une mission sur sept pour les hélicoptères Rega. Pour être utilisable en tout temps, le treuil est soumis à de fréquents contrôles et opérations de maintenance.

Un entretien exigeant

L'équipage s'assure chaque jour du bon fonctionnement du treuil. Les mécaniciens procèdent en outre à des contrôles périodiques après trois heures d'utilisation ou cent enroulements et déroulements. Par ailleurs, ils débobinent entièrement le câble en acier à intervalles réguliers afin d'identifier le moindre dégât dû à l'usure, à l'abrasion ou à la torsion des câbles.

Caractéristiques techniques



270 kg
Charge utile



90 mètres
Longueur du câble

Là grâce à vous.

Grâce à vous, la Rega a pu venir en aide à plus de 12'000 personnes en détresse l'an dernier.

Devenir donateur:
[rega.ch/donateur](https://www.rega.ch/donateur)



rega 

70 ans d'engagement total.

Opinion

Ernst Kohler

« N'hésitez jamais à alerter la Rega via le 1414. Nous préférons intervenir tôt et vous éviter des blessures inutiles. »

Les hélicoptères de la Rega n'avaient encore jamais été aussi sollicités qu'en juillet 2022 : avec 2'100 missions, soit un tiers de plus que l'année précédente, ils ont établi un nouveau record. Cette progression révélée dans un interview a été sujette à plusieurs interprétations par certains journalistes.

Parmi les explications avancées, une hypothèse a la vie dure : l'application de la Rega permettrait de nous appeler si facilement, et de partout, que les gens hésiteraient moins avant de nous alerter. Cela conduirait à davantage d'interventions en particulier pour transporter des personnes indemnes.

Bien qu'elle semble logique, cette hypothèse doit être écartée. L'augmentation de notre activité est multifactorielle, et la demande à laquelle font face nos hélicoptères dépend surtout des conditions météorologiques. Quant au nombre croissant d'interventions en faveur de personnes indemnes confrontées à une situation de détresse, il reste proportionnel au nombre total de nos missions.

De manière générale, la population recourt de manière responsable à notre application et au numéro d'alarme 1414. J'ai même l'impression que les gens attendent encore trop avant de composer le 1414 et de nous alerter. Nous sommes là pour vous : en cas de danger, n'hésitez jamais à appeler la Rega. En intervenant tôt, nous pouvons prévenir des accidents. Par exemple lorsqu'un randonneur

s'égare ou qu'une famille ne retrouve plus le sentier. Il n'est pas nécessaire d'être blessé-e ou malade pour solliciter notre aide. Une alerte ne débouche pas automatiquement sur une mission de notre part. Nos chefs et cheffes d'opération ont toutes les compétences pour évaluer les situations critiques et la possibilité d'un déploiement en hélicoptère. Ils peuvent aussi organiser une descente accompagnée avec un sauveteur en montagne du Club Alpin Suisse CAS qui connaît l'endroit. La règle d'or : en situation de détresse, ne prenez pas de risques inutiles – nous préférons intervenir suffisamment tôt et vous faire revenir indemne que vous transporter blessé-e une heure plus tard.

Et ne vous sentez pas embarrassé-e face à nos équipages. Nous ne jugeons jamais les personnes qui se sont retrouvées en difficulté. Et, en tant qu'ancien sauveteur en montagne, j'ajouterai même : je garde un particulièrement bon souvenir des missions où j'ai pu tirer d'un mauvais pas une personne saine et sauve. Les équipages sont toujours heureux de pouvoir ramener un-e rescapé-e en plaine plutôt que d'acheminer un-e patient-e à l'hôpital. Et lorsque ces missions préventives permettent d'éviter un accident, tout le monde est gagnant : non seulement les bénéficiaires de nos opérations et leurs proches, mais aussi les assureurs, le système de santé et les employeurs.

Quand une intervention précoce permet d'éviter un accident, tout le monde est gagnant.



Ernst Kohler
59 ans, est CEO de la Rega depuis 2006. Cet ancien chef d'aérodrome et guide de montagne est père de quatre enfants et vit près de Lucerne.

« Penser avec deux temps d'avance »

22

Avec son équipe d'instructeurs, Lukas Styger, chef ambulancier, forme les ambulancières et ambulanciers de la Rega aux procédures spécifiques aux opérations héliportées, et notamment aux manœuvres d'hélitreuilage.

En quoi consiste le travail des ambulanciers Rega ?

Trait d'union entre les volets aéronautique et médical, nos ambulancières et ambulanciers assument un éventail de tâches des plus variés. En vol, ils et elles sont le bras droit du pilote d'hélicoptère et l'assistant dans la navigation, le repérage des obstacles et la communication radio avec les partenaires d'intervention. Au sol, ils assurent la prise en charge des patients aux côtés du médecin. Et lors des sauvetages en terrain impraticable, ce sont eux et elles qui dirigent le treuil.

Comment se déroule leur recrutement ?

Nous retenons exclusivement des ambulancières et ambulanciers diplômé·e·s et expérimenté·e·s qui ont déjà travaillé plusieurs années pour des services de sauvetage au sol. Les candidat·e·s suivent un processus d'évaluation en plusieurs étapes et participent à une journée de découverte sur une base d'intervention de la Rega.

Quel est le profil recherché ?

Le pilote, l'ambulancier et le médecin d'urgence doivent collaborer très étroitement et dans des conditions difficiles, souvent sous la pression du temps. L'ambulancier joue un rôle polyvalent au sein de ce trio, c'est pourquoi nous recherchons avant tout des personnes sachant travailler en équipe. L'esprit d'équipe doit être présent dès le départ, car c'est une qualité qui ne s'acquiert pas.

D'autres compétences sont-elles souhaitées ?

Les ambulancières et ambulanciers

Rega doivent pouvoir anticiper rapidement les situations, c'est-à-dire toujours penser avec au moins deux temps d'avance. Connaître le potentiel et les limites d'un hélicoptère est essentiel dans le déroulement d'une mission, raison pour laquelle un intérêt marqué pour la technique est indispensable. De plus, l'hélicoptère, autre tâche dévolue aux ambulanciers, exige une très bonne capacité de visualisation spatiale.

Pourquoi cette compétence de visualisation spatiale est-elle si importante ?

L'ambulancier, debout près de la porte latérale ouverte, dirige le treuil à l'aide de la télécommande afin de déposer le médecin – parfois aussi un spécialiste du secours hélicoptère du Club Alpin Suisse CAS – à côté du patient. Durant toute l'opération, il

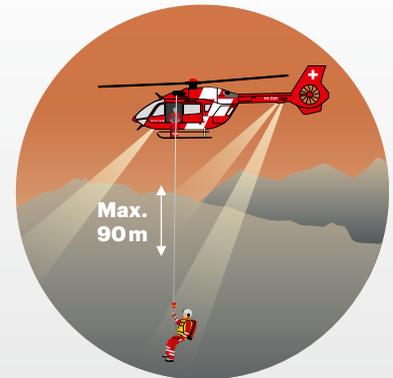
est en liaison avec le pilote par la radio de bord et lui donne des indications sur la manière de positionner l'hélicoptère. Il doit donc être en mesure d'estimer les distances horizon-

tales et verticales, et de lire le terrain. C'est ce qui fait que les hélicoptères de nuit sont les plus délicats, en raison du manque de repères visuels.

Comment les ambulanciers sont-ils formés à leur mission ?

En interne, la Rega s'appuie sur des ambulancières et ambulanciers expérimentés, qui exercent une fonction complémentaire d'instructeurs pour la formation de base et le perfectionnement. Au cours de la formation interne initiale, qui dure deux mois et demi, les nouvelles recrues

S 1'400 hélicoptères



Lorsque l'hélicoptère ne peut atterrir à proximité immédiate du patient, en raison d'un terrain accidenté par exemple, l'équipage recourt au treuil pour accomplir sa mission. Cet appareil high-tech, muni d'un câble de 90 mètres, permet de réaliser 1'400 sauvetages par an. Utile en montagne comme en plaine, il fait partie de l'équipement standard des hélicoptères Rega.

23

se familiarisent avec le matériel médical de la Rega, les processus opérationnels quotidiens, les procédures propres aux missions hélicoptères et l'utilisation du treuil de sauvetage. Près de deux années supplémentaires leur sont nécessaires pour achever les modules restants.

Ces compétences sont-elles maintenues à niveau après la formation ?

Oui ! Les ambulanciers suivent un entraînement régulier au même titre que les autres membres de l'équipage. Cela permet de garantir une coopération efficace et professionnelle même dans les conditions les plus rigoureuses, toujours dans l'intérêt des patients.

Interview : Karin Zahner



24

Embarquement pour la Suisse : l'équipage Rega prend en charge le patient acheminé par ambulance jusque sur le tarmac.



Prise en charge médicale : l'objectif est de réduire au maximum la douleur pour le patient durant le vol.

Un faux pas lourd de conséquences

En Crète, au cœur de l'été. Quelques amis savourent leurs derniers jours de vacances. Un matin, Remo Lack décide d'immortaliser l'ambiance de la plage. Pour prendre de la hauteur, il grimpe sur un escarpement rocheux. A la descente, c'est l'accident : il glisse, chute de trois mètres et atterrit sur le dos. Terrassé par la douleur, il est incapable de se relever.

Incertitude pesante

Une bonne heure s'écoule avant que les secours n'arrivent, et une autre avant que Remo Lack ne soit examiné à l'hôpital. L'insouciance des vacances fait place à une incertitude grandissante. Car tout ce que le jeune employé de banque soleurois comprend en sortant de l'examen radiologique, c'est qu'il a une fracture quelque part au dos. Le personnel soignant, qui parle à peine anglais, ne peut le rassurer quant aux questions qui le taraudent : quelle est la gravité de ses blessures ? Pourra-t-il marcher à nouveau comme avant ?

Qui plus est, en cette période de pandémie, le droit de visite est strictement limité. Seul un ami est autorisé à lui apporter sa valise. Le



Julia Janssen
30 ans, médecin de bord

« Nous préparons chaque mission dans les moindres détails et nous efforçons d'anticiper toutes les éventualités. »

Une seconde d'inattention, et la parenthèse enchantée des vacances d'été s'achève à l'hôpital, dans un pays dont on ne comprend pas la langue. C'est ce qui est arrivé à Remo Lack, en Grèce, où la Rega a immédiatement volé à son secours.

25

reste du temps, Remo Lack est livré à lui-même, entre deux communications par smartphone avec ses parents. Conscient de cette situation difficile, son père décide d'appeler la Rega. Ce donateur Rega sait que l'organisation effectuée des rapatriements de patient·e·s en détresse.

Une bonne nouvelle

Après s'être entretenu par téléphone avec la cheffe d'opération, le médecin-conseil de la Rega se renseigne auprès de ses confrères de l'hôpital en Grèce, puis étudie les documents diagnostiques. Malgré la distance, il parvient à se faire une idée aussi précise que possible de l'état de santé de Remo Lack et de sa prise en charge, et peut évaluer si le patient est transportable. ▶

Depuis son bureau situé à la centrale d'intervention de l'aéroport de Zurich, le médecin-conseil joint le patient de 23 ans et l'informe du diagnostic : fracture d'une vertèbre lombaire. Remo Lack doit désormais veiller à bouger le moins possible pour permettre au fragment de se ressouder. Si la vertèbre venait à se déplacer, une opération pourrait être nécessaire et d'autres suites plus graves ne seraient pas à exclure.

Enfin une explication compréhensible, enfin un interlocuteur avec qui Remo Lack peut parler dans sa langue maternelle ! Par la même occasion, le jeune homme apprend qu'il sera rapatrié par avion-ambulance : « J'ai été très soulagé d'entendre que la Rega était en route et que je serais bientôt chez moi. » La tension retombe quelque peu.

Envisager toutes les éventualités

Pendant ce temps, Karine Lang, infirmière en soins intensifs, et Julia Janssen, médecin de bord, consultent le rapport du médecin-conseil

pour s'informer de l'état du patient et de l'intervention du lendemain. Chaque mission est préparée dans les moindres détails. Pour cela, les deux professionnelles échangent sur les éléments dont elles disposent et envisagent différents scénarios : quelle conduite tenir une fois sur place si l'état du patient se dégrade avant leur arrivée ? Et s'il s'aggrave brusquement durant le rapatriement ?

Administration d'antalgiques

Vingt-quatre heures après la prise de contact, l'avion Rega se pose sur le tarmac crétois de La Canée. Exceptionnellement, l'équipe médicale ne se rend pas à l'hôpital pour prendre en charge le patient : c'est ce dernier qui est transféré en ambulance à l'aéroport jusqu'au pied de l'appareil. Une mesure extraordinaire due là encore aux restrictions d'accès imposées par la pandémie.

Les portes de l'ambulance s'ouvrent, Karine Lang et Julia Janssen se glissent à l'intérieur au chevet de Remo Lack. Après l'avoir salué, elles lui posent quelques questions simples mais ciblées sur son état et ses douleurs. « La première impression est cruciale. Nous pouvons évaluer en quelques instants comment va le patient et quels sont ses besoins pour le transport, commente Julia Janssen. Pour Remo Lack, la prise en charge de la douleur était la priorité. Aussi Karine Lang et moi avons immédiatement décidé de la thérapie à mettre en place. » Objectif : garantir au jeune homme un embarquement et un vol les plus sereins possible. Les médicaments employés étant très puissants, il s'agit de les doser avec précision pour que le patient reste lucide.

Un observateur dans le cockpit

Au pied de l'avion-ambulance, l'équipage se rassemble autour de la civière et la pousse avec précaution sur la rampe qui mène à la cabine. Aujourd'hui, ce sont trois pilotes qui prêtent main-forte, au lieu des deux prescrits d'ordi-

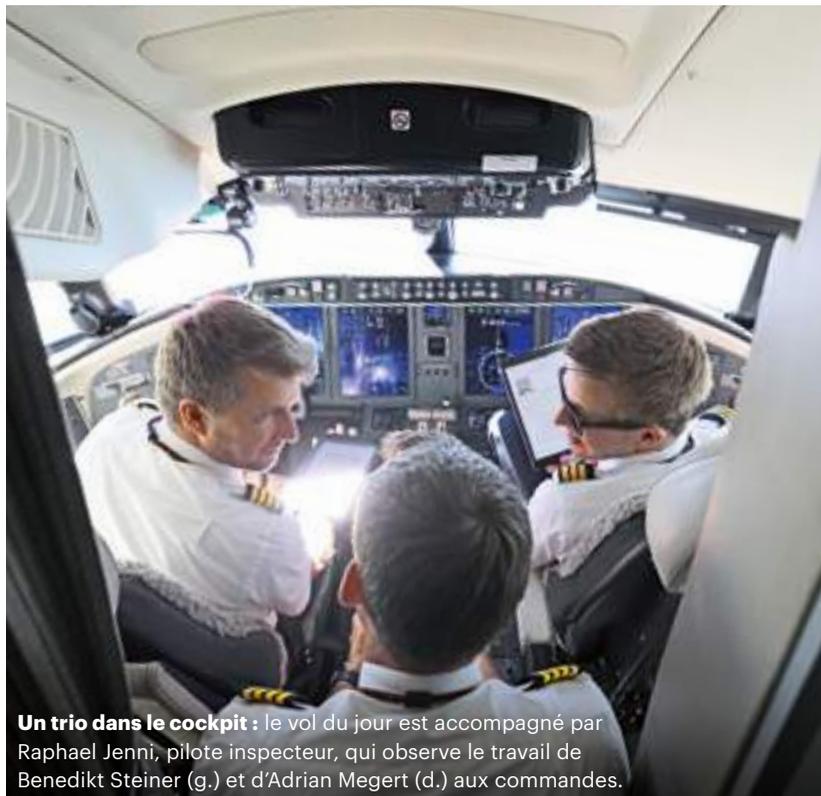
S Un line check pour vérifier les compétences

Un line check est un vol durant lequel un pilote inspecteur (homme ou femme) observe et évalue le comportement d'un confrère ou d'une consœur aux commandes de l'avion-ambulance. Accompagnant le binôme formé par le commandant et le copilote, le check pilot contrôle et évalue les actions et les décisions de ses homologues en fonction, depuis les préparatifs au sol en passant par le décollage jusqu'à l'atterrissage sur le lieu de la mission. Il vérifie si les procédures sont respectées à la lettre et examine la collaboration avec l'équipe médicale. Après la mission, il restitue ses observations et discute du potentiel d'optimisation avec l'intéressé.





Dosage de précision : Julia Janssen, médecin, prépare une injection d'antalgique.



Un trio dans le cockpit : le vol du jour est accompagné par Raphael Jenni, pilote inspecteur, qui observe le travail de Benedikt Steiner (g.) et d'Adrian Megert (d.) aux commandes.

naire sur les vols européens. L'un d'eux est en effet Raphael Jenni, pilote inspecteur (check pilot en anglais ; voir encadré à gauche), chargé d'observer Benedikt Steiner, commandant, et Adrian Megert, co-pilote, en mission. Le transfert du patient sur la couchette est un moment crucial durant lequel tout déplacement de la fracture doit être évité. Après cette manipulation millimétrée, la médecin de bord et l'infirmière spécialisée préparent le patient au départ : en quelques gestes bien rodés, elles assurent le jeune homme à l'aide de sangles, ajustent délicatement celles-ci et disposent les capteurs qui transmettront la fréquence cardiaque, la saturation en oxygène et les autres paramètres vitaux au moniteur de surveillance. Remo Lack est maintenant prêt pour le décollage. Une escale est prévue à Tirana, en Albanie, où un second patient attend d'être rapatrié.

Mauvaise chute sur un parking

Gazmend Omeri, domicilié à Frauenfeld, a dû lui aussi abréger ses vacances à la suite d'une chute. En glissant sur le sol mouillé d'un parking, il a violemment heurté avec sa jambe un pilier en béton. Bilan : fracture de la rotule.

D'un point de vue médical, un rapatriement par avion-ambulance n'était pas indispensable.

Mais la centrale d'intervention de la Rega s'efforce, lorsque c'est possible, d'embarquer plusieurs patient-e-s lors d'une même mission. Ces vols combinés, qui représentent environ un rapatriement sur trois, aident à utiliser de manière écologique et économique les ressources disponibles.

Après avoir quitté la Crète, l'appareil met donc le cap sur Tirana pour prendre en charge Gazmend Omeri. Un peu plus tard, l'homme de 43 ans, la jambe dans le plâtre, est installé dans la cabine à côté de Remo Lack. Les chemins de ces compagnons d'infortune se séparent après l'atterrissage à Zurich, où des ambulances les attendent pour les conduire vers des hôpitaux proches de leur domicile et de leur famille.

Retour à la maison

De retour en Suisse, des examens complémentaires révèlent que Remo Lack doit porter un corset et se reposer en position couchée. Dans l'espoir qu'à terme, l'opération puisse être évitée.

Pour Remo Lack, la photo souvenir d'une magnifique plage au beau matin restera à tout jamais associée à l'amère fin de ses vacances, et à son rapatriement par la Rega.

Corina Zellweger

Environ un vol de rapatriement sur trois ramène deux patient-e-s ou plus à la fois.



Informations supplémentaires sur nos missions internationales : www.rega.ch/repatriement

Un transfert tout en douceur pour Mati

La prise en charge de jeunes patients nécessite une empathie particulière. L'équipage Rega 4 a créé les meilleures conditions pour le transfert de Mati, 2 ans.



28

Fribourg, 25.6.2022

La prise en charge d'enfants est toujours un moment particulier. « Du point de vue médical, nous devons adapter les dosages de médicaments et le matériel médical au poids de l'enfant », explique Stéphane Jean-Mairet, ambulancier. « Mais le principal défi consiste à tenir compte du relationnel différent. Pour faciliter l'approche, il est toujours bien d'inclure les parents lors de la prise en charge. »

C'est avec ces principes en tête que l'équipage Rega 4 de Lausanne décolle vers minuit pour l'hôpital fribourgeois afin de transférer un enfant vers le CHUV. Arrivé sur place, l'équipage est accueilli par une médecin de l'hôpital qui informe sur la situation du jeune patient. Elle partage aussi son inquiétude par rapport à l'état de Mati qui l'a poussée à demander un transfert vers un hôpital universitaire doté de l'infrastructure nécessaire.

Stéphane Jean-Mairet,
ambulancier et chef de la base
Rega de Lausanne

« Avec les enfants, le principal défi consiste à tenir compte du relationnel différent. »

Heureusement, le jeune Mati se porte déjà mieux à l'arrivée de l'équipage Rega. Stéphane Jean-Mairet crée immédiatement un lien de complicité avec Mati qui est alors entouré de ses parents. Quelques mots échangés et la promesse d'un vol en hélicoptère

suffisent à redonner le sourire au jeune patient.

À bord de l'hélicoptère, le médecin s'assure que Mati et sa maman puissent voyager en toute

sérénité. Arrivé au CHUV, Mati est rapidement pris en charge par le personnel de l'hôpital. L'intervention est terminée pour la Rega. La veille, lors du briefing matinal, l'équipage s'était entretenu sur la nécessité de dissocier le patient de la douleur. En faisant preuve d'empathie, il a permis dans la pratique à Mati de voyager dans les meilleures conditions possibles.

David Suchet

Au secours d'un grutier

Échallens (VD), 25.7.2022

Un grutier se blesse à 40 mètres du sol. Alerté, l'équipage Rega de Lausanne hélicreuille le patient à l'hôpital spécialisé le plus proche.

Frayeur dans le téléphérique

Lumino (TI), 28.7.2022

Le téléphérique qui mène aux Monti di Saurù s'arrête brusquement avec deux personnes à son bord. L'équipage de la base de Locarno recourt au treuil pour déposer sur le toit de la cabine deux sauveteurs du CAS qui harnachent les passagers et les évacuent.

Mission à deux hélicoptères

Dent de Broc (FR), 1.8.2022

Un bloc de roche se détache, entraînant deux grimpeurs dans une chute de 50 mètres. L'un d'eux parvient à alerter la Rega via l'application dédiée. Blessés, les patients sont transportés à l'hôpital par les équipages des bases de Lausanne et de Sion.

S Le nouvel hélicoptère Rega à cinq pales



150 kg
de charge utile de plus que le H145 à quatre pales.



894 CV
de puissance par moteur – le H145 en compte deux.

abc

Rega-Kids

Concours : que portait le bonhomme de neige n° 3 sur la tête ?
Indique l'objet et la lettre juste.

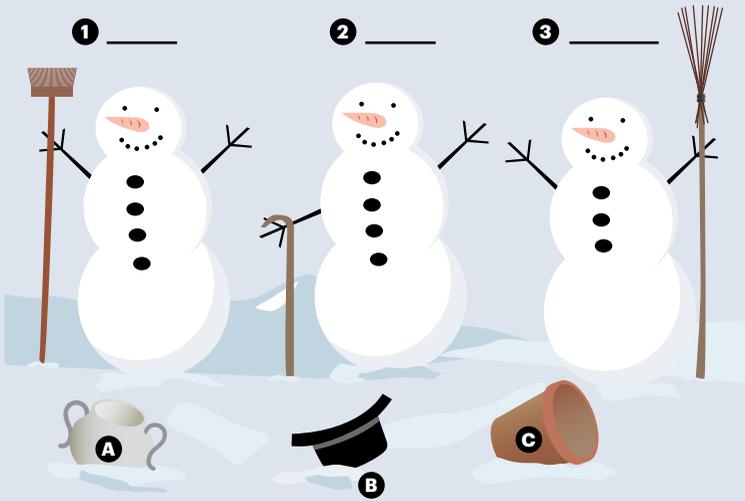
Le bonhomme de neige Julian portait un pot de fleurs sur la tête.

Le bonhomme de neige Emil a 4 boutons sur le ventre.

Le bonhomme de neige avec la soupière est Emil.

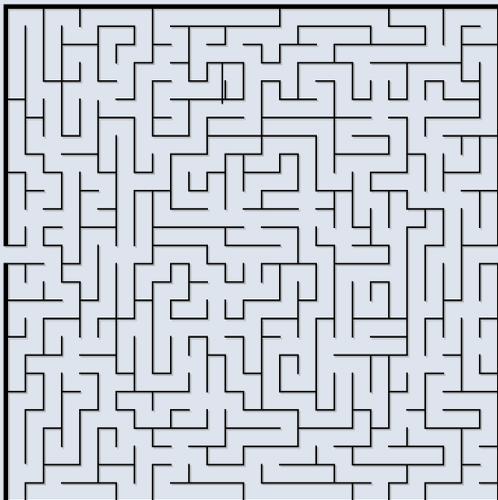
Le bonhomme de neige Max se trouve au milieu.

Le bonhomme de neige Max avait un chapeau sur la tête.

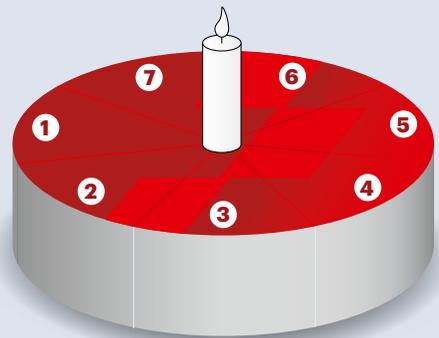


Solution :

Labyrinthe. Aide le chien d'avalanche à trouver le chemin jusqu'à la patiente.



Il reste du gâteau ? Le gâteau d'anniversaire de la Rega est divisé en 7 parts. Simon a pris 3 parts, mais n'en a mangé que 2. Maya a mangé 2 parts. Combien de parts reste-t-il ?



29

Concours

Envoie ta réponse par carte postale d'ici au 31 décembre 2022 à :

Garde aérienne suisse de sauvetage Rega
« Concours » du magazine de la Rega 1414
Case postale 1414
8058 Zurich-Aéroport

Parmi les bonnes réponses, la Rega tirera au sort dix gagnants qui recevront un sac de sport « Duffel » d'une valeur de 49.- CHF.

Bonne chance !



Solution du n° 98 : D

Voici les gagnants d'un linge de plage Rega :

M. Allemann, Court | L. Angelini, Lausanne |
T. Bachmann, Beinwil/Freiamt | K. A. Berardi,
Brissago | Y. Freiburghaus, Belp | R. Freuler, Haslen |
N. Kuenzi, Neuchâtel | L. Pabst, Villnachern |
L. Schacher, Ebikon | C. Schumacher, S. Vittore

Félicitations !



Savoir

30

L'exposition au froid peut être lourde de conséquences. Voici comment vous protéger d'une hypothermie en situation de détresse.

En cas de maladie ou d'accident, le corps humain est particulièrement sensible à l'action du froid et une hypothermie peut rapidement prendre une tournure dramatique. Comment alors se protéger au mieux d'une hypothermie aux conséquences potentiellement mortelles ? À titre préventif, il est important de connaître les situations susceptibles d'induire une hypothermie et la manière dont notre corps réagit au froid.

Quand le corps perd de la chaleur

Notre corps dégage constamment de la chaleur vers l'extérieur par le biais de la peau et de la respiration. L'hypothermie survient lorsque le corps perd sur une période prolongée plus de chaleur qu'il n'en produit. Trois facteurs favorisent l'abaissement de la température corporelle : la convec-

tion, la déperdition et la conduction thermique. La déperdition correspond à l'évacuation naturelle de chaleur par voie cutanée. La conduction thermique joue surtout un rôle lorsque l'on est assis ou couché sur un sol froid. En ce qui concerne la convection, on peut imaginer que le corps est toujours entouré d'une couche d'air chaud relativement stable. Si elle est emportée par le vent, on peut aussi parler du facteur « Wind Chill », qui augmente avec la vitesse du vent.

S Facteurs favorisant l'hypothermie

1. **Convection** (flux d'air sur la peau)
2. **Déperdition** (perte naturelle de chaleur par voie cutanée)
3. **Conduction** (contact de la peau avec une surface froide)

Le corps fonctionne au ralenti

En temps normal, la température du corps humain se situe autour de 37°C. Si elle menace de baisser, le corps réagit en tentant, d'une part, de limiter les pertes de chaleur, et d'autre part, de produire de la chaleur. Il réduit la perte de chaleur par la contraction des vaisseaux sanguins dans les bras et les jambes, de sorte que le sang chaud reste au centre du corps, où se trouvent les organes vitaux. Il s'efforce, d'autre part, de produire de la chaleur par le biais de tremblements spasmodiques. Ces deux réactions au froid sont certes désagréables mais pas dangereuses en soi.

Il en va tout autrement des effets secondaires : le corps a besoin de plus de calories, le cœur pompe plus fort, et plus l'hypothermie est sévère, plus la circulation sanguine est lente. L'hypothermie présente un danger consi-

dérable pour le patient ou la patiente, surtout après un accident en haute montagne – mais aussi en plaine et, suivant les circonstances, également en été.

Nos dix conseils sur la manière de se protéger d'une hypothermie (voir encadré) reposent sur les constats qui précèdent. Selon la situation et le matériel à disposition, vous ne serez sans doute pas en mesure d'appliquer tous ces conseils à la lettre, mais ils vous inciteront peut-être à compléter judicieusement votre équipement personnel.

La Rega en mission contre le froid

Vous n'êtes pas le seul à pouvoir contribuer à la réduction des conséquences de l'exposition au froid en adoptant le bon comportement. La Rega s'efforce elle aussi d'atténuer la problématique de l'hypothermie

Conseil Rega

« Enroulez étroitement une couverture isothermique autour de vous pour limiter la déperdition de chaleur. »

tout en maintenant au chaud ses patients. Ainsi, tous les hélicoptères de sauvetage sont équipés d'une série de moyens auxiliaires qui contribuent à réduire les conséquences d'une hypothermie.

À l'aide d'une couverture isothermique à revêtement métallique, nos sauveteurs peuvent par exemple prévenir la déperdition de chaleur corporelle. En complément, ils et elles utilisent souvent une couverture chauffante pour faire grimper la

température du patient. Le système « Buddy Lite » fait également partie de l'équipement standard de la Rega : ce chauffe-perfusion portable réchauffe le sang et les fluides à usage médical. La personne secourue bénéficie ainsi pleinement de la chaleur du produit qui lui est administré.

Il n'en reste pas moins que le meilleur sauvetage est toujours celui qui est évité. Une planification minutieuse et un bon équipement permettent d'éviter les accidents. Si vous avez malgré tout besoin d'une aide médicale, ne tardez pas à donner l'alerte – surtout pendant la saison froide. Le froid peut devenir un adversaire redoutable.

Nous vous souhaitons, d'ores et déjà, chères lectrices, chers lecteurs, une saison hivernale sans accident.

Karin Hörhager

31

S Pour vous protéger d'une hypothermie

- 1 Restez actif·ve.** Si la situation le permet (ni blessure, ni risque de chute), cela aidera votre corps à produire de la chaleur.
- 2 Isolez le corps du sol.** Placez couvertures, vestes ou feuilles sous votre corps pour limiter l'effet de conduction.
- 3 Utilisez une couverture isothermique.** Enroulez-la étroitement autour de vous pour limiter la déperdition de chaleur.
- 4 Enfilez des vêtements secs.** Changez dès que possible les habits humides ou mouillés. Relâchez les vêtements qui serrent pour favoriser la circulation sanguine. Portez un bonnet, cela permet d'éviter de perdre de la chaleur.
- 5 Réduisez la surface de contact corporel.** Roulez-vous en boule ou serrez-vous les uns contre les autres si vous êtes en groupe.
- 6 Restez éveillé·e.** En phase de sommeil, la production d'énergie et donc de chaleur diminue fortement.
- 7 Absorbent des calories.** En cas de longue attente dans le froid, une barre de céréales ou du chocolat assure un bon apport en énergie.
- 8 Mettez-vous à l'abri du vent.** Selon le terrain, cherchez refuge dans un bâtiment, derrière un rocher ou un arbre ou creusez un trou dans la neige.
- 9 Buvez des boissons chaudes.** Évitez de consommer de l'alcool, qui a un effet vasodilatateur et accroît la déperdition de chaleur.
- 10 Abstenez-vous de fumer.** Fumer procure une brève sensation de chaleur mais a pour effet de contracter les vaisseaux sanguins dans les mains et les pieds au point qu'il peut en résulter des gelures localisées.





**Avant, elle était insouciante.
Maintenant, elle n'a que
des soucis.**

Là pour les parents. Lorsque leurs enfants ont des
angoisses, souffrent de dépression ou ont des pensées
suicidaires. [projuventute.ch](https://www.projuventute.ch)



**PRO
JUVEN
TUTE**

Shop Rega

Produits pour la saison hivernale et articles de fans pour petits et grands

1 Sac de voyage et de sport 49.— au lieu de CHF 59.—

Fait de polyester imperméable, ce duffel bag résistant avec fonction sac à dos, convient aussi bien à une utilisation lors d'activités sportives que lors de courts voyages. Grâce à ses deux bandoulières, il peut être porté à l'épaule ou à la main, voire comme sac à dos.

À côté du compartiment principal se trouve un autre compartiment zippé dans lequel on peut ranger des chaussures et des habits. Cette fermeture Éclair en U permet d'ouvrir grand la partie principale du sac, afin de le remplir entièrement en un claquement de doigts.

- Poche zippée sur le côté du compartiment principal
- Bandoulières réglables et amovibles
- Le fond est étanche
- Matière : 100 % polyester
- Volume : 29 litres
- Dimensions : 44 × 27 × 25 cm (L × H × P)

► **À saisir** : plus que quelques pièces en stock.

En action cet hiver



33

NOUVEAU

2 Nécessaire 29.—

Cette trousse de toilette imperméable permet de ranger un grand nombre d'articles de toilette. Les poches intérieures en maille permettent de ranger le contenu de la trousse en un clin d'œil. Munie d'un crochet pour la suspendre.

- Volume : 4 l
- Matériel : 100 % Polyester
- Dimensions : 24 × 15 × 13 cm (L × H × P)



CLASSIQUE



3 « Traveller » de Victorinox 115.—

Tout en un seul outil : couteau de poche, altimètre, thermomètre, baromètre.

► **En plus** : un étui en cuir véritable.

34



4 Challenger 650 29.—

Léger comme une plume, en filigrane, fidèle à l'original : l'avion-ambulance bimoteur Challenger 650 à l'échelle de 1:100, 21 cm, en plastique (ABS), modèle réduit. Pas adapté au jeu.



5 Airbus Helicopters H145 29.—

L'hélicoptère, puissant et spacieux, est utilisé sur les bases de plaine pour les personnes en détresse : modèle réduit à l'échelle 1:48, 28 cm, métal. Pas adapté au jeu.

BESTSELLER



6 Lampe frontale 59.—

La lampe frontale polyvalente « Spot », de la marque Black Diamond, apporte de la lumière dans l'obscurité : avec deux faisceaux lumineux pour les courtes et longues distances, ainsi qu'un voyant lumineux rouge. Bandeau réglable. Avec un sac de rangement qui protège contre la poussière, le sable et l'eau.

- Luminosité : 300 lumens
- Portée du faisceau : jusqu'à 80 m
- Durée de la batterie : 30 heures (300 lumens), 125 heures (4 lumens)
- Clignotement, variateur et fonction stroboscope
- Mode mémoire
- Étanchéité IPX8 standard
- 3 piles AAA incluses
- Poids, batteries comprises : 88 g
- Garantie : 3 ans

► **En plus** : une pochette imperméable gratuite avec pince de serrage.

NOUVEAU 70 ans d'engagement total.



7 Poster de la flotte Rega 29.—

À l'occasion du septantième anniversaire de la Rega, l'ensemble des aéronefs de la flotte, des débuts de l'organisation à aujourd'hui, est réuni sur un seul et même poster.

Format : 70×100 cm (L×H)



8 Gourde isolante 29.—

Idéale pour une escapade : cette gourde isolante respectueuse de l'environnement maintient les boissons chaudes ou froides pendant plusieurs heures grâce à l'isolation sous vide double paroi. Elle est conçue en acier inoxydable.

- Maintient les boissons froides pendant 20 heures et les boissons chaudes pendant 10 heures
- Préserve la fraîcheur et le goût
- Capacité : 500 ml

► **Important** : ne pas utiliser le lave-vaisselle pour laver la bouteille !

NOUVEAU



10 Calendrier mural 2023 22.—

Les collaborateurs de la Rega ont capturé des scènes de leur travail quotidien avec leur appareil photo et vous présentent 12 prises de vues extraordinaires pour accompagner votre année 2023. Format 48×33 cm. Légendes des images D/F/I/E.

NOUVEAU

9 Couverture 79.—

Confort douillet garanti grâce à cette couverture en velours ! De couleur unie et agrémentée de surfilages rouges sur ses bords.

- Couleur : gris
- Matières : 60 % polyester, 40 % viscose
- Dimensions : 150×200 cm
- Réalisée en Italie



BESTSELLER



11 Trousse de secours plein air 89.—

Articles de premiers secours pour les activités de plein air, sélectionnés par les médecins de la Rega. Matériel de première qualité (IVF Hartmann) et produits innovants pour le soin des plaies humides. Une fermeture éclair supplémentaire permet de créer un compartiment de plus pour d'autres produits.

Contenu :

- Protection faciale pour bouche à bouche
- Carte pour l'extraction de tiques
- Lingettes désinfectantes pour les mains
- Gel désinfectant pour les mains, 35 ml
- Lingettes nettoyantes pour les plaies
- Gants en nitrile résistants à la déchirure
- Étui de pansements
- Pansements pour plaies
- Pansements pour brûlures
- Pansements anti-ampoules
- Compresses stériles
- Bande de soutien refroidissante 6 cm x 4 m
- Bandage de maintien auto-adhésif 6 cm x 3 m
- Bande de gaze pour doigts 4 x 50 cm
- Sutures cutanées adhésives 6 x 76 mm
- Set ciseaux, pince à écharde et épingle de sûreté
- Ruban adhésif de fixation 2,5 cm x 5 m
- Couverture de survie en aluminium
- Boîte à médicaments
- Check-list premiers secours

Dimensions extérieures : 20 x 13 x 10 cm (L x H x P)
Poids : 600 g

Shop en ligne

Vous pouvez passer confortablement votre commande sur notre shop en ligne, 24 heures sur 24.

www.rega.ch/shop

Commander par téléphone ou par fax

Nous prenons également bien volontiers votre commande directement par téléphone à notre numéro Shop Rega.

Téléphone : **0848 514 514**

Fax : **0848 514 510**

Conditions de commande

- Nous livrons tous les articles dans la limite des stocks disponibles.
- Votre participation aux frais de port et d'emballage s'élève à CHF 8.80 pour toute livraison en Suisse.
- Les articles peuvent être retournés dans un délai de sept jours.

Les articles du Shop Rega sont de haute qualité et minutieusement sélectionnés pour nos donatrices et nos donateurs. À l'achat d'un article, vous contribuez à soutenir la Rega dans sa mission : apporter, 365 jours par an, une assistance médicale aérienne d'urgence aux personnes en détresse.

**Vous pouvez commander les articles sur notre shop en ligne www.rega.ch/shop ou nous retourner le formulaire rempli dans une enveloppe affranchie à l'adresse :
Shop Rega, Bolligenstrasse 82, 3006 Berne**

Expéditeur (en lettres capitales)

Madame Monsieur

Nom _____

Prénom _____

Rue _____

NPA / Localité _____

Téléphone _____

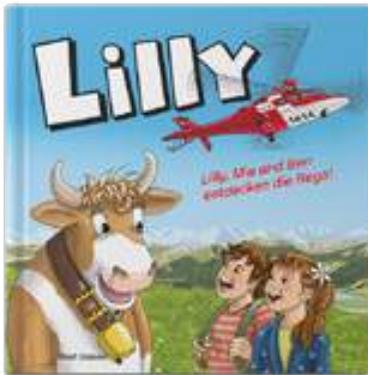
N° donateur _____

Signature _____

Nous vous remercions de votre commande.



Pour les plus jeunes fans de la Rega



mon
souhait
pour Noël



12 Avion-ambulance en peluche 15.—

Pour les plus petits, comme un jeu ou un calin. La hauteur de l'avion-ambulance est de 9 cm, la longueur de 24 cm.

13 Ours en peluche 35.—

L'ours en peluche de la Rega est un aventurier ; il aime découvrir de nouveaux horizons accompagné de jeunes pilotes, filles et garçons. Avec son casque et ses vêtements de mission amovibles, il est équipé pour toutes les péripéties et n'est jamais trop fatigué pour jouer. Sa taille est de 30 cm.

★ Livre « Lilly, Mia und Ben entdecken die Rega ! » 30.—

Lilly est curieuse. La vache emblématique du Rigi part à la découverte des nombreuses facettes de la Rega avec Mia et Ben. Ensemble, ils débütent leur aventure au Centre Rega de l'aéroport de Zurich et vivent ensuite l'effervescence de missions de sauvetage dans toute la Suisse. Couverture rigide, 24 x 24 cm, 40 pages. Disponible uniquement en allemand. Auteur : Beat Jossen.

15 Pantoufles en cuir pour les petits 39.—

Les pantoufles, respectueuses de l'environnement, fabriquées en cuir, non toxique et sans danger pour la santé, protègent les pieds des petits. Une bande élastique flexible maintient la pantoufle sur le pied. La semelle en daim empêche de glisser sur les surfaces lisses. Les pantoufles Rega sont fabriquées dans une institution suisse par des personnes en situation de handicap.

► **À saisir** : plus que quelques pièces en stock.

Carte de commande



No	Article	Prix (CHF)	Nombre	Réf.
1	Duffelbag (au lieu de 59.-) en action	49.—	_____	90093
2	Nécessaire	29.—	_____	90096
3	« Traveller » de Victorinox	115.—	_____	90082
4	Challenger 650	29.—	_____	50020
5	Airbus Helicopters H145	29.—	_____	50018
6	Lampe frontale	59.—	_____	90079
7	Poster de la flotte Rega	29.—	_____	20025
8	Gourde isolante	29.—	_____	90091
9	Couverture	79.—	_____	30061
10	Calendrier mural 2023	22.—	_____	90001
11	Trousse de secours plein air	89.—	_____	90080

Pour les plus jeunes fans de la Rega

12	Avion-ambulance en peluche	15.—	_____	50022
13	Ours en peluche	35.—	_____	40037

No	Article	Prix (CHF)	Nombre	Réf.
14	Livre « Lilly, Mia und Ben entdecken die Rega ! »	30.—	_____	40056
15	Pantoufles en cuir pour les petits			
	Tailles 19-20, 12-18 mois	39.—	_____	40048
	Tailles 21-22, 18-24 mois	39.—	_____	40049

Vous trouverez d'autres articles sur www.rega.ch/shop

	Bande de signalisation	2.—	_____	70016
	Linge de sport	19.—	_____	30059
	Balance digitale pour bagage	29.—	_____	90039
	Sac à dos daypack	79.—	_____	90076
	Lunettes de soleil	119.—	_____	90087

Votre participation aux frais de port et d'emballage s'élève à CHF 8.80 pour toute livraison en Suisse.

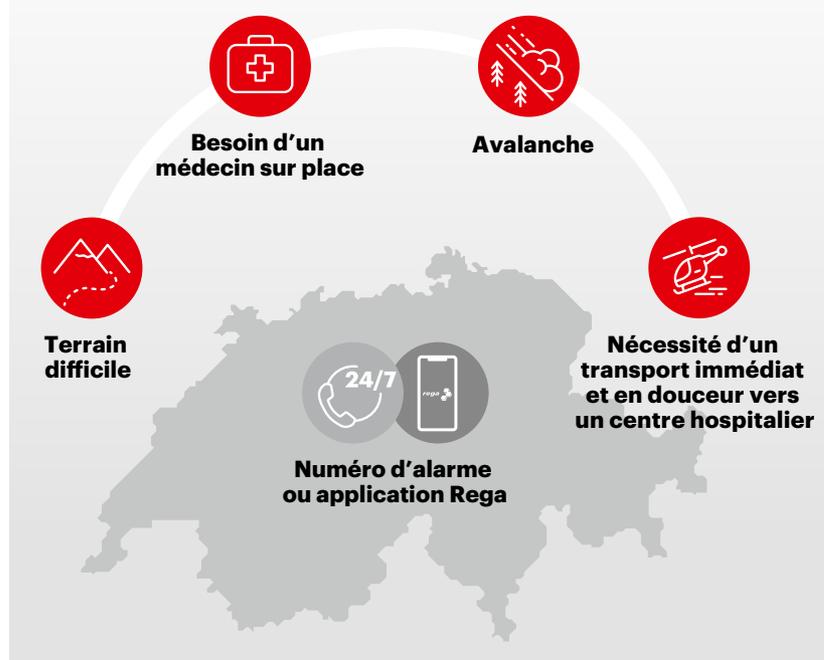
L'ensemble de notre assortiment est disponible sur notre **shop en ligne.**



En cas d'urgence 1414

En situation d'urgence, n'hésitez pas à alerter directement la Rega par téléphone au 1414 ou via l'application Rega.

Alertez la Rega par exemple dans les cas suivants :



Réagir rapidement en cas d'urgence

Nous sommes là pour vous. N'hésitez jamais à nous contacter : mieux vaut déclencher une alerte de trop que de s'abstenir en cas de nécessité. Nos cheffes et chefs d'opération connaissent la marche à suivre en cas d'urgence et prendront les mesures nécessaires.

► **Plus d'informations** sur www.rega.ch/alarmer

Numéros d'alarme

En Suisse

1414

À l'étranger

+41 333 333 333

Newsletter Rega

www.rega.ch/newsletter

Service des donateurs

Changement d'affiliation www.rega.ch/contact

En Suisse

0844 834 844

À l'étranger

+41 44 654 32 22

Shop Rega

Site web

www.rega.ch/shop

En Suisse

0848 514 514

À l'étranger

+41 848 514 514

Lundi - vendredi

8h00 - 17h00

Informations générales

Site web

www.rega.ch