

# GUIDE DE POCHE DE L'OXYMÈTRE DE POULS

## Qu'est-ce que c'est, un oxymètre de pouls ?

Un oxymètre de pouls est un petit appareil qui peut généralement être fixé sur un doigt (un orteil ou un lobe d'oreille est également possible) pour mesurer le taux d'oxygène dans le sang.

Cette méthode est totalement indolore et vous donnera un résultat en quelques secondes.



## Comment fonctionne un oxymètre de pouls ?

Vous devez insérer le doigt dans le clip, l'ongle vers le haut. La lumière passe à travers le doigt. L'appareil mesure l'absorption de la lumière. Le sang qui transporte des niveaux élevés d'oxygène a une absorption différente de celle du sang qui ne transporte pas ou peu d'oxygène.

## Que mesure un oxymètre de pouls ?

### Pourcentage de l'oxygénation du sang

La mesure est calculée sous forme de pourcentage d'oxygénation du sang:

<b>100 %</b>	indique que le sang est entièrement oxygéné
<b>99 % – 95 %</b>	sont des mesures qui indiquent un niveau normal d'oxygène
<b>En dessous de 94 %</b>	indique que quelque chose pourrait clocher

### Rythme cardiaque

L'appareil mesure également le rythme cardiaque, qui est affiché en battements par minute.

Rythme cardiaque	Trop faible	Normal	Trop élevé
<b>Adulte</b>	< 60 bpm peuvent se produire chez les jeunes et les sportifs ou les patients endormis  < 50 bpm indique généralement une maladie grave	60 – 100 bpm	> 100 bpm peuvent provenir d'une maladie ou d'un exercice physique intense
<b>Enfant (jusqu'à 16 ans)</b>	< 80 bpm	80 – 120 bpm	> 120 bpm
<b>Enfant (Jusqu'à 2 ans)</b>	< 80 bpm	80 – 140 bpm	> 140 bpm
<b>Nouveau-né</b>	< 70 bpm	70 – 190 bpm	> 190 bpm

## Quelles mesures devez-vous prendre ?

### La saturation en oxygène

**En dessous de 94 %** Laissez le patient se reposer → refaites le test  
Si meilleur que 94 %: revisitez le jour suivant  
Sans amélioration: signalez le cas à un centre de santé et consultez un médecin si possible

**En dessous de 92 %** référéz le patient au prochain centre de santé sans délai

# GUIDE DE POCHE DE L'OXYMÈTRE DE POULS

## Rythme cardiaque (adultes)

**Plus de 100 bpm ou moins de 60 bpm** retestez et/ou revisitez le jour suivant, signalez à un centre de santé

**Plus de 120 bpm ou moins de 50 bpm** référez le patient au prochain centre de santé sans délai

## Comment mesurer correctement les niveaux d'oxygène

- Gardez l'appareil propre ! Nettoyez après chaque utilisation avec un désinfectant pour les mains appliqué sur un tissu mou
- L'appareil est propre si la lumière rouge brille visiblement

- Le patient doit placer le doigt dans le clip de l'oxymètre de pouls, l'ongle vers le haut.
- La mesure ne sera pas correcte avec n'importe quel type de coloration des ongles (henné ou couleurs artificielles) ; si les ongles sont colorés, essayez d'utiliser un orteil.
- Assurez-vous que les mains sont propres et qu'il n'y a pas de saleté visible, en particulier sur l'ongle où vous mettez l'oxymètre de pouls.
- Assurez-vous que le patient est assis ou allongé sans bouger. Un mouvement de la main ou de la personne entière peut altérer le résultat.
- Assurez-vous que le patient est assis à l'ombre ou à l'intérieur. Cet outil fonctionne avec la lumière, donc avec beaucoup de lumière autour, par exemple en plein soleil, vous pourriez obtenir de mauvais résultats
- Assurez-vous que les mains du patient sont chaudes. Si vous n'obtenez pas de mesure, vous pouvez essayer un lobe d'oreille ou essayer de réchauffer les mains (par exemple, en les mettant sous une couverture chaude pendant 5 minutes et en essayant de nouveau 2 minutes après avoir retiré les mains de la couverture)



Si vous n'êtes pas sûr que votre oxymètre de pouls fonctionne correctement, essayez toujours avec votre propre doigt.

Si vous êtes en bonne santé, il devrait indiquer une saturation en oxygène normale (95 - 100 %).

## Comment prendre soin de votre oxymètre de pouls

- Après utilisation, nettoyer avec une petite quantité de désinfectant pour les mains appliqué sur un mouchoir en papier
- Garder dans un endroit sec et protégé de la lumière (de préférence dans une pochette en matériau souple)
- Protéger contre les chutes
- Ne pas immerger dans l'eau
- Ne pas placer en plein soleil ou à des endroits chauds