

# Emergency Medical Services

*Paramedics responding  
to our community*

## Safety Fun Book



Hi! My name is **CODE** and welcome to the Ottawa Emergency Medical Services Safety Fun Book.

Did you know that most injuries and accidents could be avoided?

We are going to learn how to play safe and when to be aware of danger. We are also going to learn what to do in case of an emergency.

Everyone at Ottawa EMS knows how to help save lives. You can be a big help too, if you know what to do.



**Fill in the blanks with important personal information that is needed in case of emergencies.**

This book belongs to:

---

My address is:

---

---

My phone number is:

---

The number to call in case of an emergency is: \_\_\_\_\_

Take care and be aware

## Scrambled Words

Sometimes dangerous situations are hidden or you're not aware of them. See if you can unscramble the bold words in each sentence that will help keep you safe.

1. Be aware of **lesalgire**.  
**Clue:** Some people can have serious reactions to nuts, insect stings and other sensitivities.
2. Always wear your **tmehle** and safety pads.  
**Clue:** Protect your head, knees and elbows from spills on your bike, skateboard or roller blades.
3. Never play near electrical **srewi**.  
**Clue:** You'll be shocked at how dangerous power lines are.
4. Always swim with a **duybd** and only in water you know well.  
**Clue:** Swimming with friend is more fun and safer too.
5. Use a **gthil** and be bright at night.  
**Clue:** When the sun goes down make sure you can be seen.
6. Don't be afraid to **letl** someone when you're sick or injured.  
**Clue:** If you are hurt or feeling bad get someone to help you right away.

# What's a medical emergency?

Try to stay calm in an emergency — you can be a big help if you can figure out what the problem is. Try to find the signs of a medical emergency hidden amongst all of the other letters.

## Word Find

S	N	O	I	S	L	U	V	N	O	C	R
I	S	X	P	S	N	R	U	B	A	C	E
R	L	S	A	Q	E	A	W	R	Y	I	D
E	A	B	U	G	N	I	K	O	H	C	L
N	C	R	N	O	D	F	H	K	T	S	I
B	L	E	E	D	I	N	G	E	U	W	G
O	P	A	A	S	F	C	H	N	J	E	H
Q	W	T	E	R	T	Y	N	B	U	L	T
I	P	H	O	A	D	F	G	O	J	L	S
G	N	I	T	I	M	O	V	N	C	I	Z
X	C	N	V	B	N	M	P	E	Q	N	E
R	T	G	A	S	U	E	H	S	J	G	U

UNCONSCIOUS  
BLEEDING  
BROKEN BONES  
BURNS

CHOKING  
SWELLING  
VOMITING  
CONVULSIONS

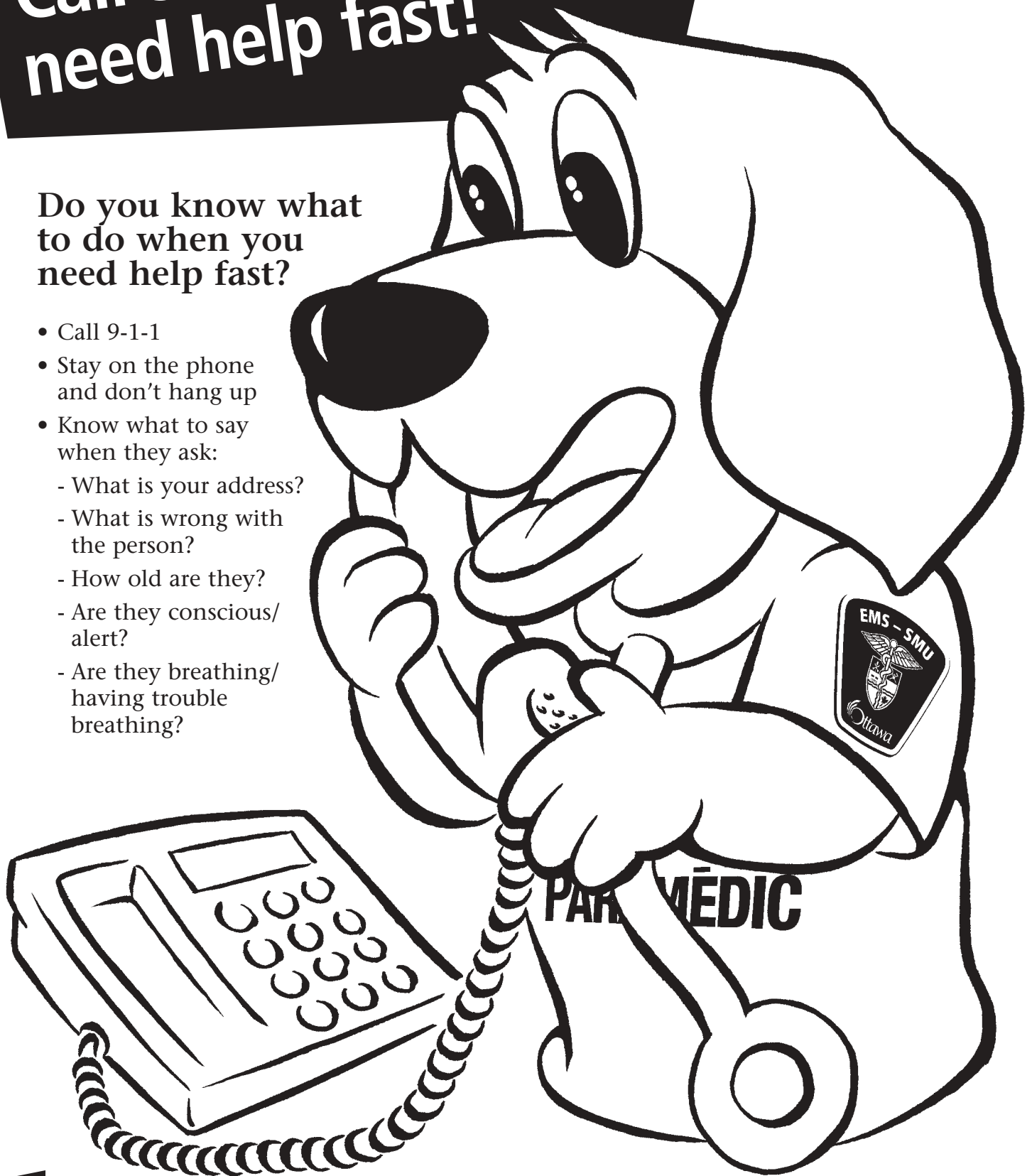
BREATHING  
SIREN  
RED LIGHTS



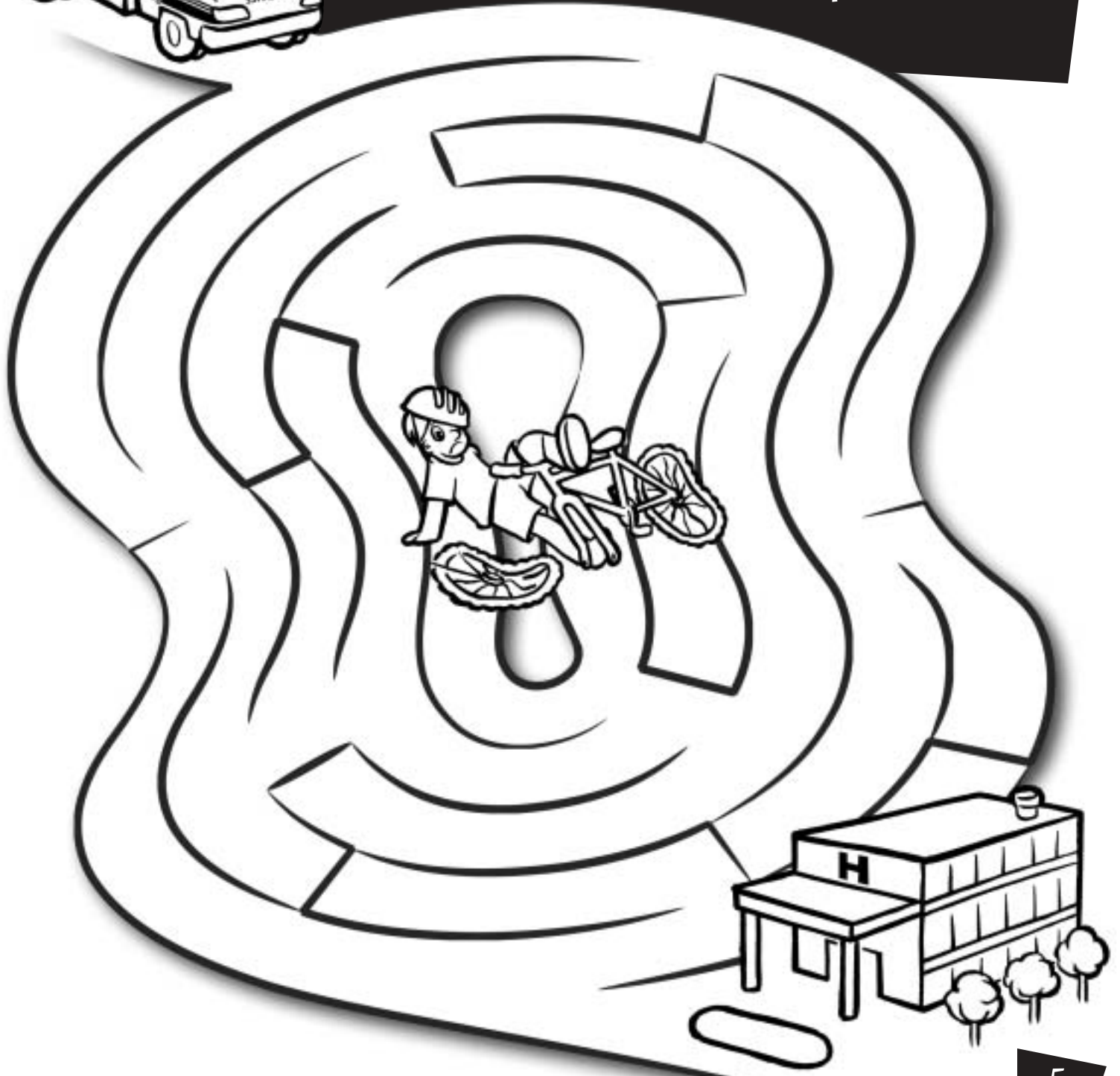
**Call 9-1-1 when you need help fast!**

**Do you know what to do when you need help fast?**

- Call 9-1-1
- Stay on the phone and don't hang up
- Know what to say when they ask:
  - What is your address?
  - What is wrong with the person?
  - How old are they?
  - Are they conscious/alert?
  - Are they breathing/having trouble breathing?



Help the Paramedics find the fastest route to the emergency and then to the hospital. Every second can help save a life.



Answers to Cross Word Puzzle  
ACROSS: 1-Path; 2-Address; 3-Unlock; 4-Paramedics; 5-Still  
DOWN: 1-Outside; 2-Pressure; 3-Pets; 4-CPR; 5-Siren; 6-Dial

# Stay calm and help save a life.

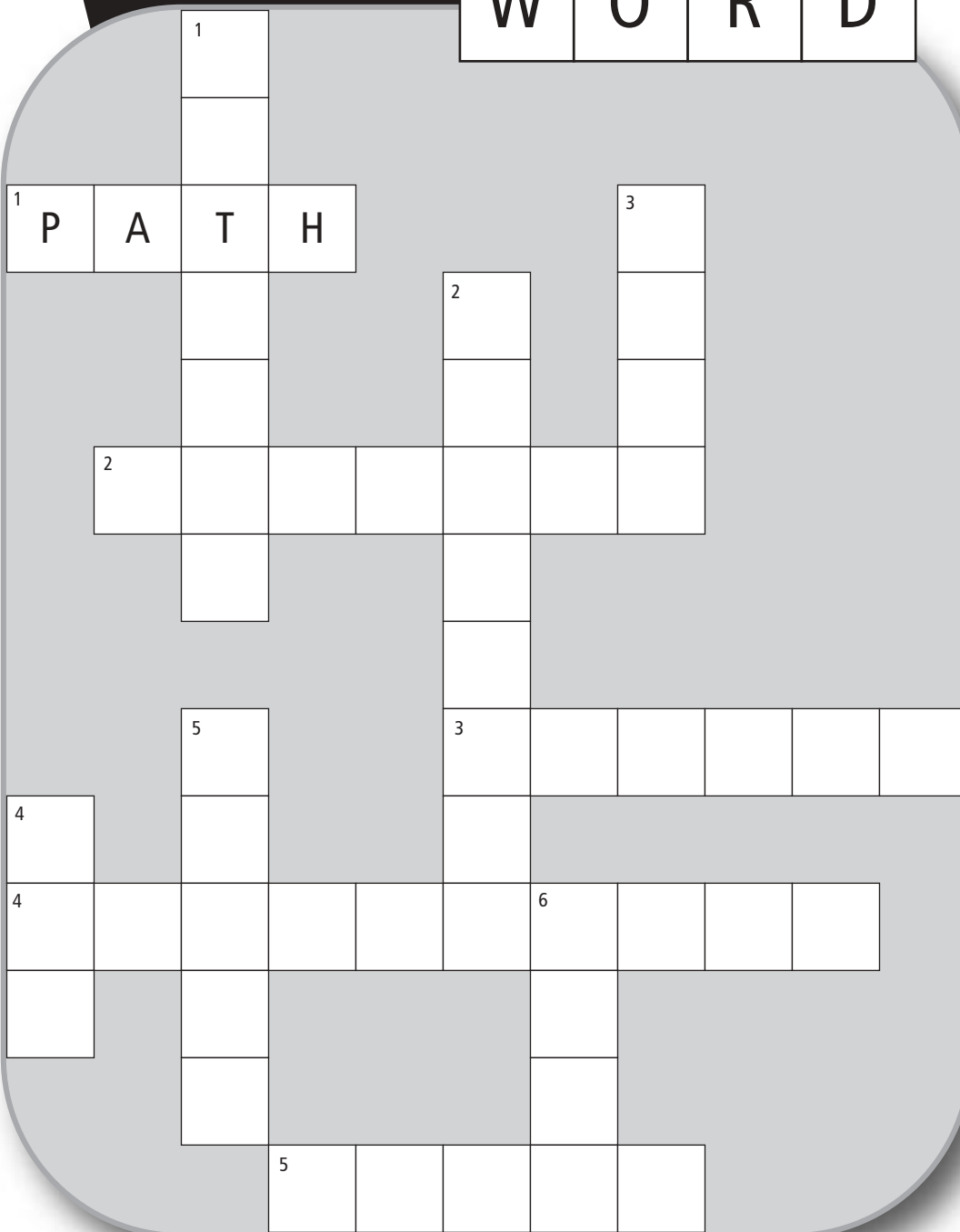
Connect the dots to see what the paramedics will drive if you call 9-1-1 when someone is sick or injured.



Paramedics rush as fast as they can to every emergency. There are lots of important things you can do to help before they arrive.

Use the clues to find the words.

C R O S S  
W O R D



### Across

- 1 Clear a **PATH** so the paramedics can move their equipment faster.
- 2 Make sure the house lights are on so paramedics can see the \_\_\_\_\_.
- 3 Always \_\_\_\_\_ the door so the paramedics can get in to provide treatment.
- 4 Calm the person who is sick or injured by reminding them that \_\_\_\_\_ are on their way.
- 5 If somebody hurts their back or neck always keep them \_\_\_\_\_.

### Down

- 1 Have someone stand \_\_\_\_\_ to show the paramedics where to go.
- 2 Apply direct \_\_\_\_\_ to a bleeding wound.
- 3 Put all \_\_\_\_\_ in another room so they don't get in the way.
- 4 Learn how to perform \_\_\_\_\_. It can save a life.
- 5 If you hear a \_\_\_\_\_ coming towards you, get to the side of the road.
- 6 In a medical emergency \_\_\_\_\_ 9-1-1 to get a paramedic.

For answers see page 5.



## First Aid for Child Related Emergencies

### What should I do as a parent or caregiver when my child has a medical emergency?

## Premiers soins à donner à des enfants en cas d'urgence

### Que devrais-je faire à titre de parent ou de gardienne (ou de gardien) lorsque mon enfant est dans une situation d'urgence médicale?

#### STAY CALM!

First, dial 9-1-1 and get the paramedics rolling. Every second counts!

The appropriate response of the Paramedics depends on YOU. Give the 9-1-1 communications officer this information:

- Location of patient.
- Patient's problem.
- Approximate age of patient.
- Conscious? Alert?
- Difficulty breathing?

The following is for information only. Ottawa EMS recommends that everybody take a recognized life saving course. Call 580-4771 for more information.

#### Not Breathing and/or Heart Stopped

Call 9-1-1. Paramedic Dispatch will give you instructions over the phone.

*If you are on your own without a phone: Mouth to Mouth Resuscitation*

- Tilt head back.
- Pinch child's nose shut. Place your mouth over theirs. For infant: place your mouth over their mouth and nose.
- Give two slow breaths (normal sized for children and small puffs for infants).
- Continue with 1 breath every 3 seconds until paramedics arrive or child begins to breathe.
- If trained, start CPR if no pulse.

#### RESTEZ CALME!

D'abord, composez le 9-1-1 et obtenez l'aide des paramédics. Chaque seconde compte!

L'intervention rapide et efficace des paramédics dépend de VOUS. Donnez les renseignements suivants au répartiteur du 9-1-1 :

- Lieu où se trouve le patient.
- Le problème qui afflige le patient.
- L'âge approximatif du patient.
- Est-il conscient? Oui/Non? A-t-il tous ses esprits?
- Est-ce qu'il respire? Oui/Non? Avec difficulté?

Les conseils suivants ne sont donnés qu'à titre d'information. Les SMU d'Ottawa recommandent que tous suivent un cours de secourisme reconnu. Pour plus de renseignements, composez le 580-4771.

#### Arrêt respiratoire ou cardiaque

Appelez le 9-1-1. Un répartiteur des paramédics vous donnera des instructions au téléphone.

*Si vous ne disposez pas d'un téléphone :*

*Pratiquez le bouche-à-bouche*

- Inclinez la tête vers l'arrière.
- Pincez le nez de l'enfant. Placez votre bouche sur la sienne. S'il s'agit d'un bébé, placez votre bouche de manière à lui couvrir la bouche et le nez.
- Faites deux insufflations lentes (des bouffées ordinaires pour un enfant et de petites bouffées pour un bébé).
- Continuez au rythme de une insufflation toutes les trois secondes jusqu'à ce que les secours arrivent ou que l'enfant commence à respirer.
- Amorcez la technique de RCR s'il n'y a pas de pouls et si vous avez reçu la formation voulue.



#### Suffocation

Incapacité de respirer, de tousser ou de parler à cause d'un corps étranger coincé dans la gorge.

#### Choking



Inability to breathe, cough or speak due to something stuck in throat.

Call 9-1-1. Paramedic Dispatch will give you instructions over the phone on how to assist your child.

***If you are on your own without a phone and your child is less than 12 months:***

- Position child over your arm in a head down position.
- Deliver four sharp blows with heel of hand between shoulder blades in an upward motion.
- Repeat until child can speak, breathe or make breath sounds.
- If your child is more than 12 months, do not give back blows, start Heimlich (abdominal thrust manoeuvre).

### **Burns — Call 9-1-1**

#### ***Heat or Electrical Burns***

- Use water to stop the actual burning of the skin, if necessary.
  - If skin is not broken, immerse burned area in cool water or gently apply cool compress until pain is relieved. Cover with clean dry dressings.
  - Do not break blisters or use ointments.
- If skin is broken or burn seems severe***
- Do not clean or remove embedded clothing.
  - Cover burn loosely with a clean dry cloth or dressing.

#### **Other Emergency tips**

***Poisoning*** – Vomiting, diarrhea, convulsions, unconsciousness — call 9-1-1. Do not induce vomiting unless instructed.

***Bleeding*** – Oozing or spurring — call 9-1-1. Apply pressure to wound and elevate above level of heart.

***Broken Bones*** – Call 9-1-1. Do not move child and treat bleeding if necessary.

**For more information about what you can do in other emergencies and how to prevent them, please visit the Ottawa EMS Web site.**

**ottawa.ca/ems**

Appelez le 9-1-1. Un réparateur des paramédics vous donnera des instructions au téléphone sur la façon de vous y prendre pour aider votre enfant.

***Si vous ne disposez pas d'un téléphone et que votre enfant est âgé de moins de 12 mois :***

- Prenez l'enfant dans vos bras, la tête en bas.
- Administrez-lui quatre bons coups du talon de la main en remontant entre les omoplates.
- Répétez l'opération jusqu'à ce que l'enfant puisse respirer ou émettre des sons ou des mots.
- Si votre enfant est âgé de plus de 12 mois, adoptez plutôt la technique Heimlich (poussée abdominale).

### **Brûlures — Appelez le 9-1-1**

#### ***Brûlure par la chaleur ou par décharge électrique :***

- Utilisez de l'eau pour arrêter la brûlure de la peau, si nécessaire.
  - Si la peau n'est pas éraflée, trempez la partie brûlée dans l'eau tiède ou appliquez délicatement une compresse fraîche jusqu'à ce que la douleur s'atténue. Recouvrez d'un pansement sec et propre.
  - Ne crevez pas les cloques et n'utilisez pas d'onguent.
- Si la peau est éraflée ou si la brûlure semble grave :***
- Ne nettoyez pas et n'enlevez pas les vêtements qui sont collés à la peau.
  - Recouvrez la brûlure d'un pansement ou d'un linge propre et sec, sans serrer.

#### **Autres conseils en cas d'urgence**

***Empoisonnement*** – Vomissement, diarrhée, convulsions, perte de conscience – appelez le 9-1-1. Ne provoquez pas le vomissement, à moins d'avis contraire.

***Saignement*** – Suintement ou jaillissement de sang – appelez le 9-1-1. Appliquez une pression sur la blessure et placez la personne de manière à ce que la blessure soit plus élevée que le niveau du cœur.

***Fracture*** – Appelez le 9-1-1. Ne déplacez pas l'enfant, traitez les saignements s'il y a lieu.

**Pour plus d'information sur ce que vous pouvez faire en cas d'urgences diverses et sur la façon de les prévenir, veuillez consulter le site Web des Services médicaux d'urgence de la Ville d'Ottawa à l'adresse suivante :**

**ottawa.ca/smu**