GUIDE DU MAÎTRE · HERBORISTERIE ET MÉDECINE

Grade 3 sur 5

HERBORISTERIE ET MÉDECINE ADEPTE

Après l'abordage, c'est l'adepte qui trie, recoud et sauve ; en traversée, c'est lui qui tient les fièvres et le scorbut à distance.

5 cours · Épreuve de passage incluse · Version 1.0 · Réservé aux maîtres de métier

DÉBUTANT	APPRENTI	ADEPTE	EXPERT	MAÎTRE
Reconnaître, cueillir, sécher et infuser les simples, tenir une officine propre et faire le bilan d'un blessé avec les premiers secours.	Préparer les remèdes courants (cataplasmes, onguents, teintures, sirops) et soigner les plaies, brûlures, entorses et fractures jusqu'au garrot et à l'attelle.	Opérer en campagne : trier les blessés, suturer, extraire un corps étranger, combattre les fièvres et les maladies de mer comme le scorbut et le mal des transports.	Poser un diagnostic difficile, reconnaître poisons et venins, tenir une épidémie à bord, maîtriser la pharmacopée de Grand Line et former un successeur.	Diriger une infirmerie ou un hôpital, enseigner à tous les grades et valider les épreuves de passage.

SOMMAIRE

01 Utiliser ce guide
02 Ce grade en bref
03 Cours 1 · Le triage et le poste de secours de campagne
04 Cours 2 · Suturer une plaie
05 Cours 3 · Extraire une balle ou un éclat
06 Cours 4 · Mener un malade à travers la fièvre
07 Cours 5 · Le scorbut et les maux du large
08 Ce que l'élève peut fabriquer
09 Questions de contrôle
10 Épreuve de passage
11 Repères officiels du métier
12 Lexique du grade
13 Grand lexique du métier

AVANT LA SCÈNE

UTILISER CE GUIDE

Le médecin-herboriste cueille, prépare et administre les simples, puis soigne les corps que la mer et les combats abîment. Sur Grand Line, un équipage sans soigneur ne survit pas longtemps : fièvres, scorbut, blessures d'abordage et poisons tuent plus de marins que les canons. Factions, villages et navires se disputent ceux qui savent poser un garrot, recoudre une plaie ou tenir une épidémie à distance.

> **Règle d'or : on enseigne ce qui est écrit ici**
> Tous les maîtres de métier, quel que soit l'animateur, enseignent le même savoir. Les chiffres (températures, durées, dosages, proportions) viennent du tableau *Repères officiels* en fin de guide. Si un élève cite un autre maître, vérifiez dans ce guide plutôt que de le contredire. Une erreur ou un manque : signalez-le au pôle Animation, ne corrigez pas de votre côté.

Déroulé type d'un cours (environ 30 min)

Un cours dure en moyenne 30 minutes, avec plusieurs élèves : 20 à 30 min au grade débutant, 30 min à l'apprenti, 30 à 40 min à l'adepte, 40 min à l'expert. **Un cours ne dépasse jamais 40 minutes**, sauf cas exceptionnel. Les travaux longs (cuissons, séchages, chantiers) se jouent en ellipse.

- **Accueil et rappel (2 min).** Le maître accueille les élèves en RP et fait réciter un point du cours précédent.
- **Théorie (8 min).** Il explique l'essentiel des blocs de théorie, puis fait répéter les éléments « À retenir ».
- **Démonstration (7 min).** Il réalise le geste devant les élèves en suivant les étapes, dans l'ordre, en commentant.
- **Pratique (10 min).** Chaque élève fait l'exercice et ses jets /roll. Le maître corrige en s'appuyant sur les erreurs fréquentes.
- **Clôture (3 min).** Une ou deux questions de contrôle, puis le maître annonce ce qui vient au prochain cours.

Les jets /roll

Pendant la pratique, quand l'élève refait une étape marquée `/roll`, il tape `/roll` dans le chat et obtient un nombre de 1 à 100. Il réussit si le résultat atteint le seuil indiqué. Le maître fait sa démonstration sans lancer de dé. Les seuils sont les mêmes pour tous les métiers :

DIFFICULTÉ	RÉUSSI SI /ROLL ≥	POUR QUEL GESTE
Facile	**30**	Geste de routine à ce grade, ou appris à un grade précédent
Normal	**50**	Geste standard qui demande de l'attention
Difficile	**70**	Geste technique, faible marge d'erreur
Très difficile	**85**	Geste de maître, matériau rare
Échec critique	**1 à 5**	Incident sans gravité durable : brûlure légère, pièce perdue, préparation gâchée
Réussite remarquable	**96 à 100**	La pièce ou le remède sort plus beau que prévu

Un raté n'est pas une punition : le maître décrit la conséquence (indiquée dans l'encart), explique ce qui s'est passé, et l'élève reprend l'étape ou recommence au cours suivant selon ce qui est écrit.

Monter de grade

- L'élève doit avoir suivi **au moins 4 des 5 cours** du grade adepte, pas forcément avec le même maître.

- Il doit répondre correctement à la majorité des questions de contrôle posées à l'oral.
- Il passe ensuite l'**épreuve de passage** devant un maître. Le maître juge seul : la réussite n'est jamais automatique.
- Notez chaque cours suivi (élève, cours, date, maître) dans le suivi du pôle Animation pour que le maître suivant sache où en est l'élève.

GRADE 3 SUR 5

CE GRADE EN BREF

DÉBUTANT
Reconnaître, cueillir, sécher et infuser les simples, tenir une officine propre et faire le bilan d'un blessé avec les premiers secours.

APPRENTI
Préparer les remèdes courants (cataplasmes, onguents, teintures, sirops) et soigner les plaies, brûlures, entorses et fractures jusqu'au garrot et à l'attelle.

ADEPTE
Opérer en campagne : trier les blessés, suturer, extraire un corps étranger, combattre les fièvres et les maladies de mer comme le scorbut et le mal des transports.

EXPERT
Poser un diagnostic difficile, reconnaître poisons et venins, tenir une épidémie à bord, maîtriser la pharmacopée de Grand Line et former un successeur.

MAÎTRE
Diriger une infirmerie ou un hôpital, enseigner à tous les grades et valider les épreuves de passage.

En arrivant

L'élève prépare les remèdes courants, panse les plaies, pose un garrot et une attelle. Il n'a jamais refermé une plaie, jamais choisi qui soigner en premier, et ne sait pas mener un malade à travers une forte fièvre.

En sortant

Il installe un poste de secours et trie les blessés, suture une plaie, extrait une balle ou un éclat peu profond, conduit un fiévreux jusqu'à la guérison et protège un équipage du scorbut, du mal des transports, du coup de chaleur et du froid.

Consignes pour le maître

- Le maître joue désormais le chirurgien de bord : calme, rapide, sans état d'âme apparent. Mettez la pression du temps dans les scènes (« il en arrive trois autres »).
- Exigez l'asepsie complète avant tout geste opératoire : instruments bouillis 20 minutes, mains lavées, plaie lavée. Un oubli annule le geste, même si le jet est réussi.
- Faites raisonner l'élève à voix haute : pourquoi ce blessé avant celui-là, pourquoi suturer ou laisser ouvert. On valide le raisonnement autant que le geste.
- Rappelez les limites : l'adepte n'ouvre ni le ventre, ni la poitrine, ni le crâne. Une balle profonde ou près d'un gros vaisseau reste en place : on panse et on évacue vers un expert.
- Pas de drogue miracle : contre la douleur, en RP, on fait mordre une lanière de cuir, on parle au blessé, on va vite. Ne laissez jamais un élève inventer un dosage.
- Les maladies de mer se jouent sur la durée : répartissez volontiers un cours sur plusieurs jours de traversée en RP.

Les 5 cours du grade

N°	COURS	OBJECTIF	DURÉE
1	**Le triage et le poste de secours de campagne**	Installer un poste de secours après un combat et trier les blessés selon les quatre couleurs pour sauver le plus de vies.	30 à 35 min
2	**Suturer une plaie**	Décider si une plaie se recoud, préparer le champ et poser des points simples réguliers, puis savoir quand les retirer.	35 min
3	**Extraire une balle ou un éclat**	Décider si un corps étranger s'extrait sur place, le retirer proprement quand il est peu profond, et soigner la plaie qui reste.	35 min
4	**Mener un malade à travers la fièvre**	Surveiller un fiévreux, le refroidir, l'hydrater, lui donner les plantes fébrifuges courantes et reconnaître les signes qui imposent un médecin plus gradé.	35 à 40 min
5	**Le scorbut et les maux du large**	Prévenir et reconnaître le scorbut, soulager le mal des transports et soigner le coup de chaleur et l'hypothermie après une chute à l'eau.	35 à 40 min

COURS 1 SUR 5

LE TRIAGE ET LE POSTE DE SECOURS DE CAMPAGNE

OBJECTIF	Installer un poste de secours après un combat et trier les blessés selon les quatre couleurs pour sauver le plus de vies.
DURÉE	30 à 35 min
MATÉRIEL	Rubans rouges, jaunes, verts et noirs · Voiles ou bâches · Caisses de pansements et de compresses · Marmite d'eau bouillante · Instruments bouillis · Garrots et attelles · Lanternes · Carnet et crayon
JETS	3 jets `/roll` pendant la pratique

THÉORIE

◆ Sauver le plus grand nombre

Quand les blessés arrivent plus vite qu'on ne peut les soigner, soigner le premier venu ou celui qui crie le plus fort fait mourir ceux qu'on aurait pu sauver. Le triage classe chaque blessé en moins d'une minute selon l'urgence. C'est le geste le plus dur du métier, parce qu'il oblige à passer devant quelqu'un qui souffre.

◆ Les quatre couleurs

Rouge : en danger immédiat mais sauvable, on soigne tout de suite (saignement massif, souffle difficile, inconscient qui respire). Jaune : blessé grave qui peut attendre une heure (fracture, plaie profonde qui ne saigne plus). Vert : il marche, il attend et il aide. Noir : au-delà de ce que le poste peut faire ; on le soulage et on l'accompagne, mais on ne lui consacre pas le chirurgien.

◆ Un poste bien tenu

Le poste se place à l'abri des tirs, près de l'eau, sous un toit ou une voile. Il a une entrée unique où se fait le triage, une zone par couleur, une table de soins près du feu pour l'eau bouillante, et un coin pour les instruments propres. Chaque blessé porte sa couleur au poignet, et on retrie toutes les 15 minutes : un jaune peut devenir rouge.

À retenir par l'élève

- Rouge : immédiat ; jaune : urgent, peut attendre **1 h** ; vert : marche, attend ; noir : hors de portée.
- Moins d'**une minute** par blessé au triage.
- On **retrie** toutes les **15 min**.
- Le trieur reste à l'entrée et ne soigne pas.
- Le noir est soulagé et accompagné, jamais abandonné.

LE GESTE, ÉTAPE PAR ÉTAPE

1. **Choisir l'emplacement**
   Le maître choisit un lieu abrité des tirs et du vent, près d'une réserve d'eau : l'entrepont du navire ou une maison près du quai. Il fait tendre une voile au-dessus si le toit manque et allumer le feu sous la marmite.
2. **Délimiter les zones**
   Il trace à la craie ou avec des cordages quatre zones : rouge près de la table de soins, jaune juste à côté, vert plus loin, noir à l'écart, au calme. Il dispose les instruments bouillis sur un linge propre près de la table.
3. **Se placer à l'entrée**
   Il se poste à l'entrée avec les rubans et désigne un autre soignant pour la table. Il explique que le trieur ne soigne pas, sinon la file s'arrête et tout le monde attend.

4 **Trier ceux qui marchent**

Il crie d'abord : « Ceux qui peuvent marcher, par ici ! » Tous ceux qui viennent reçoivent un ruban vert et vont s'asseoir. Il les charge de porter l'eau ou de comprimer une plaie sous les ordres d'un soignant.

5 **Juger le souffle et le sang**

Pour chaque blessé couché, il regarde en quelques secondes : respire-t-il, saigne-t-il à flots, répond-il ? Un saignement massif reçoit aussitôt une compression ou un garrot puis un ruban rouge. Un inconscient qui respire est tourné sur le côté et reçoit du rouge.

/roll NORMAL 50+	
	RÉUSSI L'élève repère d'un coup d'œil le saignement massif et le souffle qui manque : chaque rouge est vu à temps.
	RATÉ Il passe à côté d'un saignement caché sous les vêtements : le maître le lui montre, il doit revenir en arrière et le blessé a perdu de précieuses minutes.

6 **Juger le pouls**

Il prend le pouls au poignet : absent, ou très rapide et faible avec une peau pâle et froide, c'est un rouge. Un pouls régulier chez un blessé conscient qui ne saigne plus, c'est un jaune. Il noue le ruban au poignet et passe au suivant.

/roll FACILE 30+	
	RÉUSSI Pouls trouvé et jugé en quelques secondes, couleur juste.
	RATÉ L'élève hésite trop longtemps : la file s'allonge, le maître lui fait reprendre le rythme d'une minute par blessé.

7 **Poser le ruban noir**

Devant un blessé aux blessures que le poste ne peut pas soigner, il décide à voix basse, pose le ruban noir, fait installer le blessé au calme, couvert, avec quelqu'un pour lui tenir la main et lui donner à boire s'il le peut.

/roll DIFFICILE 70+	
	RÉUSSI Décision juste et assumée : le chirurgien reste libre pour les rouges, le noir est accompagné.
	RATÉ L'élève n'ose pas trancher et retient le chirurgien près d'un blessé perdu : un rouge attend trop, le maître reprend la décision et en parle à l'élève après la scène.

8 **Noter et retrier**

Il note au carnet chaque blessé, sa couleur et l'heure. Toutes les 15 minutes, il repasse dans les zones jaune et verte et change la couleur de ceux qui s'aggravent.

PRATIQUE

EXERCICE	Le maître lance un afflux de six blessés joués par des fiches ou d'autres joueurs : un marin qui saigne à flots, un inconscient qui respire, une jambe cassée, deux éraflés qui marchent, un blessé à la poitrine qui ne respire plus. L'élève installe le poste en quelques mots puis trie chacun à voix haute en justifiant sa couleur.
RÉUSSI SI	Chaque blessé reçoit la bonne couleur en moins d'une minute, le saignement massif est contrôlé avant tout le reste, et l'élève retrie au bout de 15 minutes.

Erreurs fréquentes

- Soigner le premier blessé au lieu de trier : les suivants se dégradent dans la file.
- Classer rouge celui qui crie le plus : souvent, celui qui se tait va plus mal.
- Oublier de retrier : un jaune devient rouge sans que personne le voie.
- Abandonner le noir : l'équipage ne le pardonnera pas au soignant.

Sur Grand Line

Dans les grandes batailles de Grand Line, Marine et pirates trient de la même façon : on raconte que certains médecins de la Marine posent les rubans aussi aux prisonniers ennemis, au grand dam de leurs officiers.

COURS 2 SUR 5

SUTURER UNE PLAIE

OBJECTIF	Décider si une plaie se recoud, préparer le champ et poser des points simples réguliers, puis savoir quand les retirer.
DURÉE	35 min
MATÉRIEL	Porte-aiguille et pince · Aiguilles courbes · Fil de soie ou de lin fin, bouilli · Ciseaux fins · Marmite d'eau bouillante · Alcool fort distillé · Compresses et linges bouillis · Lanière de cuir · Lanterne · Peau de porc ou morceau de viande pour l'exercice
JETS	4 jets `/roll` pendant la pratique

THÉORIE

◆ Recoudre ou laisser ouvert

Une suture referme les berges d'une plaie nette pour qu'elle cicatrise vite et propre. On ne recoud que dans les 6 heures après la blessure, sur une plaie lavée, aux bords nets, sans débris ni morsure. Au-delà, ou si la plaie est souillée, mordue ou a déjà l'air infectée, on la laisse ouverte, on la panse et on la lave chaque jour : refermer une plaie sale, c'est y enfermer le pus.

◆ Le point simple

Le point simple est le premier à maîtriser : l'aiguille courbe entre d'un côté à quelques millimètres du bord, ressort de l'autre à la même distance et à la même profondeur, et le fil se noue sur le côté. Les points se posent à environ 5 mm à 1 cm d'écart. Un point trop serré étrangle la peau ; un point trop lâche laisse la plaie bâiller.

◆ Retirer les points

Les points ne restent pas : on les retire à 5 jours au visage, 10 jours sur le corps, 14 jours sur une articulation. On coupe le fil d'un côté du nœud, au ras de la peau, et on tire vers la plaie pour ne pas rouvrir les berges. Un point autour duquel la peau rougit et suinte se retire plus tôt.

À retenir par l'élève

- Suture seulement dans les **6 h** après la blessure, sur plaie propre aux bords nets.
- Instruments et fil : **20 min** dans l'eau bouillante.
- Points à **5 mm à 1 cm** d'écart, même distance des deux bords.
- Retrait : **5 jours** visage, **10 jours** corps, **14 jours** articulation.
- Plaie sale, mordue ou ancienne : on ne recoud pas.

LE GESTE, ÉTAPE PAR ÉTAPE

1 Décider

Le maître examine la plaie : heure de la blessure, profondeur, bords, saleté, origine (lame, bois, morsure). Il annonce sa décision à voix haute : « Coupure de sabre, deux heures, bords nets : je recouds. » Pour une morsure de chien de mer, il annonce : « Je laisse ouvert. »

`/roll` NORMAL **50+**

RÉUSSI L'élève juge juste entre recoudre et laisser ouvert, et dit pourquoi.
RATÉ Il veut recoudre une plaie sale ou trop ancienne : le maître l'arrête, la plaie sera lavée et laissée ouverte, et l'élève récite les conditions de la suture.

2 Bouillir les instruments

Il plonge porte-aiguille, pince, ciseaux, aiguilles et fil dans l'eau bouillante pendant 20 minutes, puis les dépose avec la pince sur un linge bouilli sans les toucher des doigts. Pendant ce temps, il se lave les mains et les avant-bras.

3 **Laver et préparer la plaie**

Il lave la plaie à grande eau bouillie, retire les débris, puis tamponne le pourtour à l'alcool fort. Il borde la zone de linges propres pour ne voir que la plaie. Il donne au blessé la lanière de cuir à mordre et lui explique ce qu'il va sentir.

4 **Monter l'aiguille**

Il saisit l'aiguille courbe avec le porte-aiguille aux deux tiers de sa longueur, côté chas, pointe vers le haut. Il laisse pendre une bonne longueur de fil. Il tient la pince de l'autre main pour soulever doucement la berge.

5 **Poser le premier point au milieu**

Il pose le premier point au milieu de la plaie pour la diviser en deux. L'aiguille entre perpendiculaire à la peau, à quelques millimètres du bord, suit sa courbe en tournant le poignet, traverse le fond et ressort de l'autre côté à la même distance. Il récupère la pointe à la pince, jamais aux doigts.

/roll DIFFICILE 70+	
	RÉUSSI Le point est symétrique, à bonne profondeur : les deux berges se rejoignent à plat.
	RATÉ L'aiguille ressort trop près du bord ou trop superficiellement : la peau se déchire ou la berge chevauche, l'élève retire le fil et repique un peu plus loin.

6 **Nouer**

Il fait un nœud plat à l'aide du porte-aiguille : deux tours de fil autour de l'instrument, il attrape le bout libre, tire ; puis un tour dans l'autre sens, et un troisième pour bloquer. Il serre juste assez pour que les berges se touchent sans blanchir, place le nœud sur le côté et coupe à 5 mm.

/roll NORMAL 50+	
	RÉUSSI Nœud solide, peau rapprochée sans être étranglée.
	RATÉ Nœud trop serré, la peau blanchit, ou il glisse : l'élève coupe le point et le refait.

7 **Compléter la ligne**

Il pose les points suivants de part et d'autre du premier, en divisant chaque fois l'espace restant, jusqu'à un écart de 5 mm à 1 cm. Il vérifie que la plaie est fermée sur toute sa longueur sans bâiller ni bourrelet.

/roll DIFFICILE 70+	
	RÉUSSI Ligne régulière, points alignés, plaie fermée d'un bout à l'autre.
	RATÉ Points irréguliers, la plaie bâille par endroits : l'élève ajoute un point ou en refait un, et la cicatrice sera plus visible.

8 **Panser et programmer le retrait**

Il nettoie la ligne de suture, la couvre d'une compresse propre et d'une bande, et note au carnet la date, le nombre de points et le jour de retrait : 5, 10 ou 14 jours selon l'endroit. Il demande au blessé de revenir chaque jour pour un contrôle.

9 **Retirer les points**

Le jour venu, il nettoie la ligne, soulève chaque nœud à la pince, coupe le fil au ras de la peau sous le nœud et tire vers la plaie. Si les berges s'écartent, il s'arrête et laisse les points restants deux jours de plus.

PRATIQUE

EXERCICE	L'élève s'entraîne d'abord sur une peau de porc tendue sur une planche : il bout ses instruments, monte l'aiguille et pose cinq points simples sur une entaille de 4 cm. Puis le maître joue un gabier entaillé au bras par un sabre il y a une heure : l'élève décide, prépare, suture en RP et programme le retrait.
RÉUSSI SI	Décision juste, asepsie complète, cinq points réguliers et symétriques, nœuds sur le côté, date de retrait notée.

Erreurs fréquentes

- Recoudre une plaie sale ou vieille de plus de 6 h : abcès sous la suture.
- Toucher l'aiguille aux doigts : elle n'est plus propre.
- Serrer trop : la peau meurt autour du point et la cicatrice s'élargit.
- Oublier la date de retrait : le fil s'incruste et s'infecte.

Sur Grand Line

Le meilleur fil de suture des mers du Nord se fait, dit-on, avec la soie des cocons d'une île de Grand Line où les araignées tissent des toiles grandes comme des voiles. Rien de magique : simplement une soie fine, solide, qui se bout sans casser.

COURS 3 SUR 5

EXTRAIRE UNE BALLE OU UN ÉCLAT

OBJECTIF	Décider si un corps étranger s'extrait sur place, le retirer proprement quand il est peu profond, et soigner la plaie qui reste.
DURÉE	35 min
MATÉRIEL	Sonde mousse · Pinces longues à mors fins · Bistouri · Porte-aiguille et fil · Marmite d'eau bouillante · Alcool fort distillé · Compresses et linges bouillis · Garrot · Lanière de cuir · Lanterne et miroir
JETS	4 jets `/roll` pendant la pratique

THÉORIE

◆ Tout ne s'extrait pas

Une balle ou un éclat enfoncé fait moins de dégâts en place qu'une main maladroite qui fouille. On extrait ce qui est peu profond, qu'on voit ou qu'on sent sous la peau, loin d'un gros vaisseau, et ce qui est sale (bois, tissu, rouille), car cela pourrit. On laisse en place ce qui est dans le ventre, la poitrine, le crâne, au cou ou au pli de l'aine : on panse et on évacue vers un expert.

◆ Ce qu'on emporte avec la balle

Une balle pousse devant elle des bouts de vêtement. Si l'on retire la balle et qu'on laisse le tissu, la plaie s'infecte quand même. C'est pourquoi l'adepte compare toujours le trou dans la chemise avec ce qu'il a retiré : il doit retrouver le morceau manquant.

◆ Le débridement

Autour d'un trou de balle ou d'une déchirure d'éclat, la chair écrasée et noircie ne vit plus et nourrit l'infection. Le débridement consiste à retirer au bistouri ces lambeaux morts, sans toucher la chair rose qui saigne. Une plaie de projectile ne se recoud jamais tout de suite : on la laisse ouverte, on la panse et on la lave chaque jour.

À retenir par l'élève

- On extrait seulement ce qui est **peu profond**, visible ou palpable, loin des gros vaisseaux.
- Ventre, poitrine, crâne, cou, aine : on **laisse en place** et on évacue.
- Retrouver le **bout de vêtement** emporté par la balle.
- Plaie de projectile : **jamais recousue** tout de suite.
- Garrot prêt **avant** de commencer.

LE GESTE, ÉTAPE PAR ÉTAPE

1 Examiner et décider

Le maître regarde l'orifice, cherche un trou de sortie, palpe doucement autour pour sentir la balle sous la peau. Il regarde le trajet supposé : ventre, poitrine, gros vaisseau ? Il annonce : « Balle sous la peau du mollet, je l'enlève » ou « Balle dans le ventre, je panse et on évacue. »

`/roll` DIFFICILE **70+**

RÉUSSI L'élève localise le projectile et décide juste entre extraire et évacuer.
RATÉ Il veut fouiller une plaie dangereuse : le maître l'arrête net, fait panser et évacuer, et l'élève refait l'examen sur le blessé suivant.

2 **Préparer le terrain**

Il fait bouillir sonde, pinces, bistouri et fil 20 minutes, se lave les mains, lave la plaie à l'eau bouillie et tamponne le pourtour à l'alcool fort. Il place un garrot desserré au-dessus de la blessure, prêt à être serré si le sang jaillit.

3 **Inspecter le vêtement**

Il étale la chemise ou le pantalon déchiré sur le linge et regarde le trou : s'il manque un morceau de tissu, il le note. Il saura ainsi ce qu'il doit retrouver dans la plaie.

4 **Sonder le trajet**

Il glisse la sonde mousse dans l'orifice, très doucement, en suivant le chemin qui cède sans jamais forcer. Quand il sent un contact dur et un petit choc métallique, il a trouvé la balle. Il note la profondeur sur la sonde avec ses doigts.

`/roll` DIFFICILE **70+**

RÉUSSI La sonde suit le trajet sans forcer et touche le projectile.
RATÉ La sonde part de travers et rouvre un saignement : l'élève retire la sonde, comprime, et reprend plus doucement après que le saignement s'est calmé.

5 **Saisir et retirer**

Il retire la sonde, introduit les pinces fermées le long du même chemin, les ouvre à peine au contact de la balle, la saisit et la ramène lentement dans l'axe de l'entrée, sans tirer de côté. Si elle glisse, il recommence calmement au lieu d'arracher.

`/roll` DIFFICILE **70+**

RÉUSSI La balle sort entière, dans l'axe, sans déchirure.
RATÉ La balle glisse des mors et s'enfonce un peu : l'élève lâche, comprime, attend et refait le jet ; un échec critique l'oblige à laisser la balle et à évacuer.

6 **Retrouver le tissu**

Il examine la balle et la plaie : le morceau de vêtement manquant est-il sorti avec elle ? Sinon, il le cherche à la pince à la même profondeur, et compare avec le trou de la chemise jusqu'à ce que tout soit retrouvé.

7 **Débrider**

Il retire au bistouri, par petites coupes, les lambeaux de chair noirâtre et écrasée sur les bords, et s'arrête dès que la chair est rose et saigne un peu. Il lave abondamment à l'eau bouillie.

`/roll` NORMAL **50+**

RÉUSSI Chair morte retirée, bords roses et propres.
RATÉ L'élève coupe trop ou pas assez : la plaie saigne plus qu'il ne faut ou garde des lambeaux, il comprime puis termine sous l'œil du maître.

8 **Panser ouvert et surveiller**

Il ne recoud pas : il pose une compresse humide d'eau bouillie dans la plaie, une compresse sèche par-dessus, une bande, et note au carnet l'heure, ce qui a été retiré et l'état de la plaie. Il la refait chaque jour en surveillant la fièvre et l'odeur.

PRATIQUE

EXERCICE	Le maître présente deux blessés après une fusillade sur le quai : l'un avec une balle sentie sous la peau de la cuisse, l'autre avec un éclat de bois planté dans l'épaule, profond, et une balle dans le flanc. L'élève décide pour chacun, puis extrait la balle de la cuisse et l'éclat en RP, débride et panse.
RÉUSSI SI	Bonnes décisions, garrot prêt avant de commencer, projectile et tissu retirés, plaie débridée et laissée ouverte.

Erreurs fréquentes

- Fouiller une plaie du ventre ou de la poitrine : hémorragie interne et mort du blessé.
- Oublier le bout de vêtement : abcès au fond de la plaie quelques jours plus tard.
- Tirer la balle de côté : déchirure et saignement.
- Recoudre la plaie de projectile : infection enfermée.

COURS 4 SUR 5

MENER UN MALADE À TRAVERS LA FIÈVRE

OBJECTIF	Surveiller un fiévreux, le refroidir, l'hydrater, lui donner les plantes fébrifuges courantes et reconnaître les signes qui imposent un médecin plus gradé.
DURÉE	35 à 40 min
MATÉRIEL	Thermomètre · Bassine d'eau tiède et linges · Écorce de saule et reine-des-prés · Sucre, sel et eau bouillie · Couvertures légères · Carnet de surveillance · Montre
JETS	4 jets `/roll` pendant la pratique

THÉORIE

◆ Ce qu'est la fièvre

La fièvre, c'est le corps qui se défend en chauffant : elle commence à 38 °C. Elle n'est pas une maladie en elle-même mais un signe. Jusqu'à 39 °C chez un adulte solide, on la surveille et on soulage. Au-delà de 40 °C, elle devient dangereuse par elle-même : délire, convulsions, épuisement. On refroidit alors sans attendre.

◆ Le vrai danger : l'eau perdue

Un fiévreux transpire, respire vite, vomit parfois et ne boit plus. La déshydratation tue plus souvent que la fièvre. Bouche sèche, urines rares et foncées, yeux creux, pli de peau qui reste quand on la pince sur le dos de la main : il faut le faire boire par petites gorgées, et donner la solution de réhydratation.

◆ Les plantes fébrifuges

L'écorce de saule en décoction et la reine-des-prés en infusion soulagent la fièvre et les douleurs, à la dose courante d'une cuillère à soupe pour 250 ml. On ne les donne pas aux enfants, ni à qui saigne ou a des maux d'estomac. Elles soulagent mais ne guérissent pas la cause : une plaie infectée, une dent, une maladie du sang.

À retenir par l'élève

- Fièvre dès **38 °C** ; dangereuse au-delà de **40 °C** : refroidir sans attendre.
- Solution de réhydratation : **1 L** d'eau bouillie, **6** cuillères à café de sucre, **1/2** de sel.
- Saule et reine-des-prés : jamais aux enfants ni à qui saigne.
- Température et pouls notés toutes les **4 h**, toutes les heures au-delà de 40 °C.
- Raideur de nuque, taches sur la peau, convulsions : appeler un expert.

LE GESTE, ÉTAPE PAR ÉTAPE

1 Interroger

Le maître s'assoit près du malade et demande : depuis quand, frissons ou sueurs, douleur quelque part, plaie récente, ce qu'il a mangé et bu, si d'autres à bord sont malades. Il cherche une cause avant de soigner le symptôme.

2 Mesurer et chercher la cause

Il prend la température, le pouls et la respiration et les note. Il examine les plaies et cicatrices récentes, la gorge, les dents, la peau à la recherche de taches, la nuque en faisant pencher la tête en avant.

`/roll` NORMAL **50+**

RÉUSSI Constantes justes et cause probable trouvée : une plaie infectée, une gorge en feu, une piqûre.

RATÉ L'élève ne trouve rien et traite la fièvre à l'aveugle : le maître lui fait refaire l'examen complet le lendemain, la fièvre a monté entre-temps.

3 **Installer le malade**

Il l'installe à l'ombre, dans un endroit aéré, en chemise légère, couvert d'un simple drap s'il frissonne. Il explique qu'on n'étouffe jamais un fiévreux sous les couvertures pour « faire sortir la fièvre ».

4 **Faire boire**

Il prépare la solution de réhydratation : 1 litre d'eau bouillie refroidie, 6 cuillères à café rases de sucre, une demi-cuillère de sel, bien remuée. Il en donne une gorgée toutes les quelques minutes, même si le malade dit ne pas avoir soif, et note ce qu'il boit et ce qu'il urine.

`/roll`
FACILE
30+

RÉUSSI Le malade boit régulièrement, sa bouche redevient humide.
RATÉ Le malade vomit, il a bu trop vite : l'élève attend un peu et reprend à la petite cuillère.

5 **Donner la tisane fébrifuge**

Pour un adulte sans contre-indication, il prépare une décoction d'écorce de saule (1 cuillère à soupe pour 250 ml, 10 à 20 minutes de frémissement) ou une infusion de reine-des-prés. Il la donne tiède, en petites gorgées, et note l'heure.

6 **Refroidir une fièvre dangereuse**

Si la température dépasse 40 °C, il trempe des linges dans l'eau tiède, jamais glacée, les pose sur le front, la nuque, les aisselles et les aines, et les change dès qu'ils chauffent. Il évente le malade. Il reprend la température toutes les heures.

`/roll`
NORMAL
50+

RÉUSSI La température redescend sous 40 °C en une heure ou deux.
RATÉ L'élève a pris une eau trop froide : le malade grelotte et la fièvre remonte, il faut reprendre à l'eau tiède.

7 **Surveiller dans la durée**

Il tient une feuille de surveillance : température et pouls toutes les 4 heures, ce qui est bu, ce qui est uriné, l'état de conscience. Il réveille le malade la nuit pour le faire boire. Il lave le linge de lit et les mains après chaque passage.

8 **Reconnaître l'alerte**

Il apprend à l'élève les signes qui dépassent le grade : nuque raide, taches sur la peau qui ne pâlissent pas sous la pression d'un verre, convulsions, confusion qui s'aggrave, plusieurs malades à bord en même temps. Dans ces cas, il isole le malade et fait chercher un expert.

`/roll`
DIFFICILE
70+

RÉUSSI L'élève reconnaît le signe d'alerte et appelle un expert à temps.
RATÉ Il rassure tout le monde et rate le signe : le maître intervient, le malade s'aggrave d'un cran et l'élève devra reprendre ce cours.

PRATIQUE

EXERCICE	Pendant trois jours de jeu, l'élève suit un matelot fiévreux joué par le maître : jour 1, 39 °C et une plaie de jambe rouge ; jour 2, 40,5 °C et bouche sèche ; jour 3, la fièvre baisse. Il tient la feuille de surveillance, hydrate, refroidit, donne la tisane et fait soigner la plaie qui cause tout.
RÉUSSI SI	Cause trouvée, malade hydraté et refroidi à temps, feuille tenue sans trou, aucune plante donnée en dehors de ses limites.

Erreurs fréquentes

- Étouffer le malade sous les couvertures : la fièvre monte encore.
- Refroidir à l'eau glacée : frissons, la fièvre remonte.
- Oublier de faire boire : le malade se dessèche plus vite qu'il ne guérit.
- Donner du saule à un mousse : c'est interdit aux enfants.

Sur Grand Line

Les vieux médecins de Grand Line parlent de la fièvre des cinq jours, portée par la piqûre d'une tique des îles préhistoriques, la Kestia, qu'on croyait disparue depuis un siècle. Un adepte qui voit une petite morsure noire et une fièvre qui s'emballe ne joue pas au héros : il isole, il refroidit, il hydrate et il cherche un expert.

COURS 5 SUR 5

LE SCORBUT ET LES MAUX DU LARGE

OBJECTIF	Prévenir et reconnaître le scorbut, soulager le mal des transports et soigner le coup de chaleur et l'hypothermie après une chute à l'eau.
DURÉE	35 à 40 min
MATÉRIEL	Citrons, oranges, choucroute en tonneau · Gingembre et menthe poivrée · Biscuits de mer secs · Linges et seau d'eau fraîche · Solution de réhydratation · Couvertures sèches · Thermomètre · Registre des vivres
JETS	4 jets `/roll` pendant la pratique

THÉORIE

◆ Le scorbut

Le scorbut apparaît après 1 à 3 mois sans vivres frais. Il commence par une grande fatigue et des douleurs, puis les gencives gonflent, saignent et noircissent, les dents se déchaussent, la peau se couvre de bleus et de petites taches, et les vieilles cicatrices se rouvrent. Il se prévient et se guérit par les agrumes, la choucroute, les légumes et les herbes fraîches : un équipage soigné à temps se remet en quelques semaines.

◆ Le mal des transports

Le mal de mer naît du désaccord entre ce que voient les yeux et ce que sent l'oreille interne. Il donne pâleur, sueurs froides, bâillements, puis nausées et vomissements. On le calme en regardant l'horizon, en restant au milieu du navire et à l'air libre, en grignotant sec, en buvant par petites gorgées, avec la décoction de gingembre ou l'infusion de menthe poivrée.

◆ Chaleur et froid

Le coup de chaleur frappe le marin qui travaille au soleil sans boire : peau rouge et brûlante, maux de tête, confusion, parfois chute. On le met à l'ombre et on le refroidit. L'hypothermie frappe celui qui tombe à l'eau ou passe une nuit mouillée sur le pont : en dessous de 35 °C, il grelotte, puis devient lent et confus. On le sèche et on le réchauffe doucement par le tronc, sans frictions ni alcool.

À retenir par l'élève

- Scorbut : après **1 à 3 mois** sans vivres frais ; agrumes, choucroute, herbes fraîches.
- Eau d'un marin : **2 à 3 L** par jour, davantage au soleil.
- Mal de mer : horizon, milieu du navire, air, grignoter sec, gingembre ou menthe.
- Coup de chaleur : ombre, linges frais, boire s'il est conscient.
- Hypothermie sous **35 °C** : sécher, couvrir, réchauffer le tronc, jamais d'alcool.

LE GESTE, ÉTAPE PAR ÉTAPE

1. **Tenir le registre des vivres frais**
   Au départ, le maître inscrit au registre la date du dernier ravitaillement et les vivres frais embarqués : agrumes, choucroute, oignons. Il calcule la ration pour que chaque homme ait du frais chaque jour, par exemple le jus d'un citron, et prévoit une escale avant le deuxième mois.

2 **Inspecter les gencives**

Chaque semaine, il fait ouvrir la bouche à chaque marin à la lanterne : gencives roses et fermes, ou gonflées, violacées, qui saignent au toucher ? Il regarde les jambes à la recherche de bleus inexpliqués et demande des nouvelles des vieilles cicatrices.

`/roll` NORMAL **50+**

RÉUSSI L'élève repère les premiers signes de scorbut chez un marin avant qu'il ne s'effondre.
RATÉ Il prend les gencives qui saignent pour une simple rage de dents : une semaine plus tard, trois hommes sont touchés et le maître lui fait reprendre l'inspection.

3 **Traiter le scorbut**

Pour un marin atteint, il double la ration de frais, le met au repos et lui donne des agrumes chaque jour, ou à défaut de la choucroute et toutes les herbes fraîches qu'on peut trouver à l'escale. Il fait rincer la bouche à l'infusion de sauge pour les gencives et note l'amélioration jour après jour.

4 **Soulager le mal de mer**

Devant un mousse vert de nausée, il l'amène au milieu du pont, à l'air, face à l'horizon. Il lui donne un biscuit sec et une gorgée d'eau, puis une décoction de gingembre tiède à petites gorgées. Il lui interdit de descendre dans la cale ou de lire.

`/roll` FACILE **30+**

RÉUSSI Les nausées se calment en moins d'une heure.
RATÉ Le mousse vomit : l'élève le rince, le fait boire à petites gorgées pour qu'il ne se dessèche pas, et recommence avec la menthe.

5 **Reconnaître le coup de chaleur**

Un matelot titube sur le pont en plein midi, peau rouge et sèche, parle de travers. Le maître touche le front, prend la température et le pouls : peau brûlante, pouls rapide. Il annonce : « Coup de chaleur. »

6 **Refroidir et hydrater**

Il le porte à l'ombre, le déshabille en partie, l'arrose d'eau fraîche ou pose des linges mouillés sur la nuque, les aisselles et les aines, et l'évente. S'il est conscient et avale bien, il lui fait boire la solution de réhydratation par petites gorgées. S'il ne répond plus, il le met en position latérale de sécurité.

`/roll` NORMAL **50+**

RÉUSSI La température baisse, le matelot reprend ses esprits.
RATÉ L'élève tarde à le mettre à l'ombre : le matelot perd connaissance, il faut le tourner sur le côté et refroidir plus vite encore.

7 **Sortir un homme de l'eau froide**

Pour un marin repêché après une chute dans une mer froide, il le manipule doucement, à l'horizontale, sans le secouer. Il retire les vêtements mouillés en les coupant si besoin, le sèche, l'enroule dans des couvertures sèches, tête comprise, et l'isole du pont froid.

8 **Réchauffer doucement**

Il pose des bouillottes ou des pierres chaudes enveloppées de linge contre la poitrine, les aisselles et l'aine, jamais sur les bras et les jambes. Il ne frictionne pas et ne donne pas d'alcool. S'il est conscient, il lui fait boire une tisane chaude et sucrée. Il prend la température et le pouls toutes les 15 minutes.

`/roll` DIFFICILE **70+**

RÉUSSI La température remonte lentement, le marin redevient clair.
RATÉ L'élève réchauffe les membres en premier ou frictionne : le marin fait un malaise, il faut reprendre en ne chauffant que le tronc et surveiller le pouls de près.

PRATIQUE

EXERCICE	Le maître joue une traversée de deux mois en trois scènes : à la sixième semaine, inspection des gencives de quatre marins dont un atteint ; un jour de calme plat, un coup de chaleur sur le pont ; une nuit de tempête, un homme à la mer repêché glacé. L'élève agit à chaque scène et tient le registre.
RÉUSSI SI	Scorbut repéré au début et traité, coup de chaleur refroidi à l'ombre, naufragé réchauffé par le tronc sans alcool, registre à jour.

Erreurs fréquentes

- Attendre que tout l'équipage soit touché pour réagir au scorbut.
- Envoyer le malade de mer dans la cale : il empire.
- Donner de l'alcool à un homme glacé : il se refroidit davantage.
- Frictionner les membres d'un homme en hypothermie : malaise du cœur.

Sur Grand Line

Sur Grand Line, le climat change d'une île à l'autre : un équipage peut passer de l'hiver éternel au désert en quelques jours. L'adepte prévoit à la fois couvertures et réserve d'eau, et refait ses comptes à chaque Log Pose fixé.

CE QUE LE GRADE PERMET

CE QUE L'ÉLÈVE PEUT FABRIQUER

Ce qu'un artisan de grade adepte peut produire en RP. Tout ce qui sort de cette liste attend le grade suivant.

Autorisé

- Poste de secours de campagne et matériel de triage.
- Sutures au point simple, avec fil et instruments bouillis.
- Extraction de balles et d'éclats peu profonds, débridement.
- Solution de réhydratation et tisanes fébrifuges (saule, reine-des-prés).
- Décoctions et infusions contre le mal de mer (gingembre, menthe).
- Ration et registre antiscorbut pour une traversée.
- Alcool fort distillé pour désinfecter la peau et les instruments.

Pas encore

- Opérer le ventre, la poitrine ou le crâne (hors de portée de tout grade en campagne, réservé aux experts dans un hôpital).
- Contrepoisons et traitement des empoisonnements (grade expert).
- Conduite d'une épidémie et décision de quarantaine (grade expert).
- Remèdes à base de plantes de Grand Line rares (grade expert).
- Former seul un élève à un grade (grade expert).

À POSER À L'ORAL

QUESTIONS DE CONTRÔLE

Le maître en pose quelques-unes en fin de cours et avant l'épreuve. L'élève répond de mémoire, avec ses mots : le sens compte plus que la formule exacte.

N°	QUESTION	RÉPONSE ATTENDUE
1	Que signifie un ruban jaune ?	Blessé grave qui peut attendre 1 heure.
2	Tous les combien retrie-t-on ?	Toutes les 15 minutes.
3	Dans quel délai peut-on recoudre une plaie ?	Dans les 6 heures, si elle est propre et aux bords nets.
4	Quand retire-t-on les points d'une plaie du bras ?	À 10 jours (5 au visage, 14 sur une articulation).
5	Pourquoi compare-t-on le trou du vêtement avec ce qu'on a retiré ?	Pour être sûr de retrouver le tissu emporté par la balle, qui ferait pourrir la plaie.
6	Recoud-on une plaie de balle ?	Non, pas tout de suite : on la débride et on la laisse ouverte.
7	Recette de la solution de réhydratation ?	1 litre d'eau bouillie refroidie, 6 cuillères à café rases de sucre, 1/2 cuillère à café de sel.
8	À partir de quelle température refroidit-on sans attendre ?	Au-delà de 40 °C.
9	À qui ne donne-t-on pas d'écorce de saule ?	Aux enfants et à qui saigne ou souffre de l'estomac.
10	Après combien de temps sans vivres frais le scorbut apparaît-il ?	1 à 3 mois.
11	Où place-t-on un marin qui a le mal de mer ?	Au milieu du navire, à l'air libre, face à l'horizon.
12	Comment réchauffe-t-on un homme en hypothermie ?	Sec, couvert, chaleur sur le tronc, sans frictions ni alcool.

PASSAGE AU GRADE EXPERT

LA NUIT DU POSTE DE SECOURS

DURÉE	35 à 40 min
JURY	Un maître du métier (personnage animateur, puis joueur maître)

Déroulé

- Le maître annonce un abordage : l'élève installe un poste de secours et trie cinq blessés joués par fiches.
- Il suture une plaie nette d'un des blessés jaunes, du lavage des instruments au pansement.
- Il extrait une balle peu profonde chez un autre blessé et laisse en place celle d'un blessé au ventre, en le justifiant.
- Le lendemain en jeu, un des blessés a 40,5 °C : l'élève mène la surveillance et le refroidissement.
- Le maître pose quatre questions orales tirées de la liste du grade, dont une sur le scorbut.

Jets de l'épreuve

MOMENT	SEUIL	RÉUSSI	RATÉ
Triage des cinq blessés Normal	**50+**	Chaque blessé reçoit la bonne couleur, le rouge est traité en premier.	Un rouge est classé jaune : le maître le signale, l'élève peut corriger une fois ; une seconde erreur fait manquer l'épreuve.
Pose des points de suture Difficile	**70+**	Ligne régulière, plaie fermée sans bâiller.	Points irréguliers : l'élève refait un point ; si la plaie bâille encore, l'épreuve est manquée et le cours de suture à refaire.
Extraction de la balle Difficile	**70+**	Balle et tissu retirés dans l'axe, sans déchirure.	La balle glisse et s'enfonce : l'élève doit savoir s'arrêter, comprimer et évacuer ; s'il s'acharne, l'épreuve est manquée.
Refroidissement de la fièvre Normal	**50+**	La température redescend sous 40 °C, malade hydraté.	La fièvre ne baisse pas : l'élève doit corriger (eau tiède, boisson) ; sans correction, l'épreuve est manquée.

Critères de réussite

- Triage juste, saignement massif contrôlé en premier, retriage effectué.
- Asepsie complète avant suture et extraction.
- Points réguliers, nœuds sur le côté, date de retrait notée.
- Projectile et tissu retirés, plaie laissée ouverte ; balle du ventre laissée en place.
- Fièvre refroidie à l'eau tiède, malade hydraté, feuille de surveillance tenue.

Échec

Échoue à coup sûr l'élève qui suture sans instruments bouillis, recoud une plaie sale ou de projectile, fouille une plaie du ventre ou de la poitrine, ou donne de l'alcool à un homme glacé. Il refait le cours concerné et repasse l'épreuve au bout de 7 jours de jeu.

COMMUN AUX 4 GRADES

REPÈRES OFFICIELS DU MÉTIER

Les seuls chiffres à donner en cours. Ils sont identiques dans tous les guides d'herboristerie.

CATÉGORIE	ÉLÉMENT	VALEUR
Constantes vitales	Pouls d'un adulte au repos	**60 à 100 battements par minute**
Constantes vitales	Respiration d'un adulte au repos	**12 à 20 cycles par minute**
Constantes vitales	Température normale du corps	**36,5 à 37,5 °C**
Constantes vitales	Fièvre	**Dès 38 °C ; dangereuse au-delà de 40 °C (refroidir sans attendre)**
Constantes vitales	Hypothermie	**En dessous de 35 °C**
Préparations	Infusion (fleurs, feuilles)	**Eau frémissante à 90-95 °C versée sur la plante, 5 à 10 min à couvert**
Préparations	Dose courante d'une tisane	**1 cuillère à soupe de plante sèche pour 250 ml d'eau (le double en plante fraîche)**
Préparations	Décoction (racines, écorces, graines)	**Départ à l'eau froide, frémissement 10 à 20 min, puis 10 min de repos à couvert**
Préparations	Macération à froid (guimauve, plantes à mucilage)	**8 à 12 h dans l'eau froide, puis filtrer**
Préparations	Teinture	**1 part de plante sèche pour 5 parts d'alcool fort (40 à 60°), 3 semaines à l'ombre, secouer chaque jour**
Préparations	Huile macérée (calendula, millepertuis, arnica)	**Plante sèche couverte d'huile de 2 cm, 3 à 4 semaines, puis filtrer**
Préparations	Onguent	**1 part de cire d'abeille pour 5 parts d'huile macérée, fondues au bain-marie**
Préparations	Cataplasme	**Pose de 20 à 30 min, 2 à 3 fois par jour, toujours sur peau propre**
Cueillette et séchage	Feuilles	**Avant la floraison, le matin une fois la rosée évaporée**
Cueillette et séchage	Fleurs	**À peine ouvertes, par temps sec, en fin de matinée**
Cueillette et séchage	Racines et écorces	**Racines à l'automne ; écorces au printemps, à la montée de sève, sur les branches seulement**

CATÉGORIE	ÉLÉMENT	VALEUR
Cueillette et séchage	Séchage	**À l'ombre, au sec et aéré, jamais au-dessus de 35 °C ; 1 à 3 semaines, jusqu'à ce que la plante casse net**
Cueillette et séchage	Conservation des plantes sèches	**Bocal fermé, à l'abri de la lumière : 1 an (racines et écorces : 2 ans)**
Hygiène et soins	Lavage des mains	**Eau et savon, 30 secondes, ongles et poignets compris**
Hygiène et soins	Stérilisation des instruments	**20 min dans l'eau bouillante, puis séchage sur linge bouilli**
Hygiène et soins	Brûlure	**Refroidir 15 min sous une eau fraîche (15 à 25 °C), jamais de glace**
Hygiène et soins	Garrot	**5 à 7 cm au-dessus de la plaie, jamais sur une articulation ; heure notée ; jamais desserré avant le médecin**
Hygiène et soins	Suture	**Dans les 6 h après la blessure ; points retirés à 5 jours au visage, 10 jours sur le corps, 14 jours sur une articulation**
Hygiène et soins	Massage cardiaque	**100 à 120 compressions par minute, enfoncement de 5 à 6 cm, 30 compressions pour 2 insufflations**
Hygiène et soins	Triage des blessés	**Rouge : immédiat ; jaune : urgent, peut attendre 1 h ; vert : peut marcher, attend ; noir : hors de portée des soins**
Vie en mer	Eau de boisson d'un marin	**2 à 3 litres par jour, davantage sous le soleil ou à l'effort**
Vie en mer	Solution de réhydratation	**1 litre d'eau bouillie refroidie, 6 cuillères à café rases de sucre, 1/2 cuillère à café de sel**
Vie en mer	Scorbut	**Apparaît après 1 à 3 mois sans vivres frais ; prévention : agrumes, choucroute, légumes et herbes fraîches**
Vie en mer	Quarantaine des ports	**40 jours par tradition ; à bord, isolement jusqu'à 14 jours sans nouveau malade**
Plantes courantes	Camomille (fleurs)	**Apaise, aide la digestion et le sommeil ; en compresse tiède sur les yeux irrités**
Plantes courantes	Thym et sauge (feuilles)	**Toux, maux de gorge, bouche ; infusion, gargarisme, inhalation**
Plantes courantes	Gingembre (racine) et menthe poivrée (feuilles)	**Nausées et mal de mer ; décoction pour le gingembre, infusion pour la menthe**
Plantes courantes	Arnica (fleurs)	**Coups, bosses et bleus en usage externe seulement : jamais bue, jamais sur plaie ouverte**
Plantes courantes	Calendula, plantain, achillée	**Petites plaies, piqûres, cicatrisation ; l'achillée aide à arrêter les petits saignements**

CATÉGORIE	ÉLÉMENT	VALEUR
Plantes courantes	Écorce de saule et reine-des-prés	**Fièvre et douleurs ; décoction pour le saule, infusion pour la reine-des-prés**

VOCABULAIRE DU GRADE

LEXIQUE DU GRADE

Les mots nouveaux de ce grade. L'élève doit les connaître et les employer avant l'épreuve.

Berges : Les deux bords d'une plaie.

Bistouri : Petit couteau de chirurgien à lame très fine.

Corps étranger : Tout ce qui est entré dans le corps et n'y a pas sa place : balle, éclat, tissu.

Coup de chaleur : Surchauffe du corps au soleil ou à l'effort, avec confusion.

Débridement : Retrait de la chair morte ou écrasée autour d'une plaie.

Déshydratation : Manque d'eau dans le corps : bouche sèche, urines rares, yeux creux.

Fébrifuge : Qui fait baisser la fièvre.

Feuille de surveillance : Relevé régulier des constantes et des soins d'un malade.

Hypothermie : Corps refroidi en dessous de 35 °C.

Mal des transports : Nausées et malaise causés par le mouvement du navire.

Nœud plat : Nœud de suture fait de tours alternés, qui ne glisse pas.

Point simple : Point de suture isolé, noué sur le côté de la plaie.

Porte-aiguille : Pince à mors courts qui tient fermement l'aiguille courbe.

Poste de secours : Lieu abrité où l'on regroupe, trie et soigne les blessés d'un combat.

Scorbut : Maladie des longues traversées sans vivres frais : gencives qui saignent, fatigue, bleus.

Sonde mousse : Tige fine à bout arrondi pour suivre le trajet d'une plaie sans la déchirer.

Suture : Fermeture d'une plaie par des points de fil.

Triage : Classement rapide des blessés par urgence pour sauver le plus de vies.

COMMUN AUX 4 GRADES · 100 TERMES

GRAND LEXIQUE DU MÉDECIN-HERBORISTE

Le vocabulaire du métier tel qu'on le parle à l'atelier. Le maître l'emploie en cours et attend des élèves qu'ils l'adoptent au fil des grades.

Abcès : Poche de pus enfermée sous la peau, chaude, rouge et douloureuse.

Aiguille courbe : Aiguille en arc de cercle qui entre et ressort facilement des berges d'une plaie.

Alambic : Appareil de distillation : cuve, chapiteau et serpentin refroidi.

Alcoolat : Alcool chargé de l'odeur et des vertus d'une plante par passage à l'alambic.

Amputation : Ablation d'un membre perdu, en dernier recours, pour sauver la vie du blessé.

Antidote : Contrepoison propre à un poison précis.

Apothicaire : Celui qui prépare et délivre les remèdes dans son officine, selon les recettes de la pharmacopée.

Asepsie : Ensemble des gestes qui empêchent d'apporter des germes là où l'on soigne.

Attelle : Support rigide qui immobilise un membre blessé.

Balance : Instrument à deux plateaux et à poids qui sert à peser plantes et ingrédients avant chaque préparation.

Bandage : Bande de toile enroulée qui maintient un pansement ou soutient une articulation.

Baume : Préparation grasse et parfumée, souvent à base de résine, qui calme la peau et protège une plaie refermée.

Bocal : Pot de verre bien bouché où l'on garde plantes sèches et préparations à l'abri de l'air et de l'humidité.

Cataplasme : Pâte de plante écrasée ou d'argile posée sur la peau et maintenue par un linge.

Cautérisation : Brûlure volontaire d'une plaie au fer rouge pour arrêter le sang ou l'infection.

Cérat : Onguent riche en cire, plus ferme, qui protège et adoucit la peau gercée ou brûlée.

Chapiteau : Couvercle en dôme de l'alambic qui recueille les vapeurs et les conduit vers le serpentin.

Charpie : Fils de vieux linge effilochés et ébouillantés, dont on garnit une plaie pour absorber sang et humeurs.

Chirurgien de marine : Soigneur embarqué qui panse, recoud, extrait les balles, réduit les fractures et ampute à bord.

Compresse : Linge plié, sec ou trempé dans une préparation, posé sur la peau ou une plaie.

Contrepoison : Tout remède qui combat les effets d'un poison ; l'antidote en est la forme propre à un seul poison.

Contusion : Coup qui écrase la chair sans ouvrir la peau, laissant bosse et bleu.

Convalescence : Période de repos où le malade tiré d'affaire reprend peu à peu ses forces.

Coup de chaleur : Surchauffe du corps au soleil ou à l'effort, avec confusion.

Cucurbite : Cuve basse de l'alambic, posée sur le feu, où chauffent l'eau et les plantes.

Cueillette : Récolte des plantes au bon moment, au bon endroit et par temps sec.

Décoction : Racines, écorces ou graines frémissant longtemps dans l'eau partie froide.

Délire : Esprit égaré qui parle et voit sans suite, souvent au plus fort d'une fièvre.

Détersion : Nettoyage d'une plaie qui en retire saletés, pus et débris.

Diète : Régime alimentaire réglé selon le mal, parfois réduit au bouillon et à l'eau.

Digestion : Macération tenue au chaud, sans jamais bouillir, pour tirer davantage de la plante.

Droguier : Armoire ou collection où l'apothicaire range ses drogues : plantes sèches, racines, écorces et résines.

Dysenterie : Diarrhée violente avec coliques et sang, qui vide le corps de son eau et court vite dans un équipage.

Eau distillée : Eau recueillie au bout du serpentin, débarrassée de ses impuretés, qui sert à laver et à préparer.

Écorce : Peau protectrice d'un arbre ou d'un arbuste, comme celle du saule, prélevée sur de jeunes branches.

Électuaire : Pâte molle faite de poudres de plantes liées au miel ou au sirop, prise à la cuillère.

Élixir : Remède liquide à base d'alcool et de sucre, qui réunit plusieurs plantes.

Emplâtre : Préparation épaisse et collante étalée sur un linge, qui tient seule sur la peau.

Entorse : Articulation tordue, gonflée et douloureuse, sans os cassé.

Étamine : Toile fine à travers laquelle on filtre et on presse les préparations.

Étiquetage : Inscription sur chaque bocal du nom de la plante, de la partie récoltée et de la date de cueillette.

Feuille : Partie verte et plate de la plante, cueillie avant la floraison et préparée en infusion.

Fièvre : Chaleur anormale du corps, souvent signe qu'il lutte contre un mal.

Fièvres : Fièvres qui reviennent par accès, attrapées dans les ports chauds, les marais et les îles humides.

Fil de soie : Fil fin et solide, ébouillanté avant usage, qui sert aux sutures et aux ligatures.

Frisson : Tremblement de froid qui annonce souvent la montée de la fièvre.

Fumigation : Soin par la fumée ou la vapeur de plantes que l'on brûle ou chauffe, pour assainir un lieu ou soulager le malade.

Gangrène : Mort d'une partie du corps, qui noircit et sent mauvais, faute de sang ou par infection.

Garrot : Lien serré autour d'un membre pour arrêter tout le sang en aval.

Gelure : Partie du corps (doigts, orteils, nez, oreilles) abîmée par un grand froid, d'abord blanche puis noire.

Graine : Partie de la fleur fanée qui renferme le germe d'une nouvelle plante, souvent broyée au mortier.

Hémorragie : Perte de sang abondante, visible par une plaie ou cachée à l'intérieur du corps.

Herbier : Recueil de plantes séchées et nommées, servant de référence pour les reconnaître.

Huile macérée : Huile dans laquelle on a laissé tremper une plante sèche plusieurs semaines.

Hydrolat : Eau parfumée recueillie par distillation d'une plante.

Infusion : Eau frémissante versée sur des feuilles ou des fleurs, laissée à couvert quelques minutes.

Inhalation : Vapeur d'eau chaude chargée de plantes que l'on respire, la tête couverte d'un linge.

Lancette : Petite lame pointue à deux tranchants qui sert à ouvrir un abcès.

Latex : Suc laiteux qui coule d'une tige ou d'une feuille cassée, souvent irritant et parfois toxique.

Lazaret : Bâtiment, île ou navire à l'écart où l'on garde en quarantaine les malades et les suspects.

Ligature : Fil noué serré autour d'un vaisseau qui saigne pour le fermer.

Luxation : Os sorti de son articulation, qu'il faut remettre en place.

Macération : Plante laissée longtemps dans un liquide froid (eau, huile ou alcool).

Mal de mer : Nausées, vertiges et vomissements causés par le roulis et le tangage du navire.

Mondage : Tri qui retire terre, parties abîmées et éléments inutiles d'une récolte avant le séchage.

Mortier et pilon : Bol épais et massette servant à broyer plantes sèches et graines.

Officine : Lieu où l'on range et prépare les remèdes.

Onguent : Mélange d'huile macérée et de cire d'abeille, à appliquer sur la peau.

Pharmacopée : Recueil des remèdes connus, de leurs préparations et de leurs usages.

Pilule : Petite boule de poudre de plantes liée au miel ou à la gomme, qu'on avale d'une gorgée d'eau.

Plante officinale : Plante reconnue pour ses vertus et inscrite à la pharmacopée.

Poison : Substance qui, entrée dans le corps, le dérègle gravement ou le tue.

Pot à onguent : Petit pot couvert de faïence ou d'étain où l'on conserve onguents, cérats et baumes.

Poudre : Plante sèche broyée au mortier puis passée au tamis.

Pouls : Battement du sang dans une artère, compté en battements par minute.

Principe actif : Substance contenue dans une plante qui agit réellement sur le corps.

Quarantaine : Isolement imposé à un navire ou à des personnes pour arrêter une maladie.

Racine : Partie souterraine de la plante, dure et souvent riche, qu'on prépare en décoction.

Réduction de fracture : Remise en place des morceaux d'un os cassé avant de l'immobiliser.

Rhizome : Tige souterraine rampante, comme celle du gingembre, qu'on prend souvent pour une racine.

Scalpel : Petit couteau de chirurgien à lame très fine, appelé aussi bistouri, qui ouvre la peau avec précision.

Scorbut : Maladie des longues traversées sans vivres frais : gencives qui saignent, fatigue, bleus.

Séchage à l'ombre : Séchage à l'air, à l'abri du soleil, qui garde aux plantes leur couleur et leurs vertus.

Serpentin : Tube enroulé plongé dans l'eau froide, où les vapeurs de l'alambic redeviennent liquides.

Simples : Plantes médicinales employées seules, sans mélange.

Sirop : Préparation sucrée ou miellée qui adoucit et conserve un remède.

Sommité fleurie : Partie haute et fleurie d'une tige, souvent la plus riche.

Sonde : Tige fine à bout arrondi pour suivre le trajet d'une plaie sans la déchirer.

Sosie toxique : Plante dangereuse qui ressemble à s'y méprendre à une plante médicinale.

Spatule : Lame plate et souple qui sert à mélanger, racler et étaler onguents et pâtes.

Suc : Jus tiré d'une plante fraîche que l'on écrase ou que l'on presse.

Suppuration : Écoulement de pus d'une plaie infectée.

Suture : Fermeture d'une plaie par des points de fil.

Syncope : Perte de connaissance brève : le malade tombe, pâle, puis revient à lui.

Teinture : Plante sèche macérée dans l'alcool fort.

Tige : Axe de la plante qui porte les feuilles et les fleurs.

Tire-balle : Longue pince à mors creux qui saisit une balle logée dans la chair pour la retirer.

Tisane : Boisson de plantes préparée en infusion ou en décoction, bue chaude ou tiède.

Venin : Poison injecté par un animal en mordant ou en piquant.

Vomitif : Remède qui fait vomir pour vider l'estomac d'un poison avalé peu de temps avant.