

## Consigli di primo soccorso

**PREMESSA** Quando intervenire Il Primo soccorso è l'aiuto che si presta immediatamente ai feriti o a chi si sente improvvisamente male, prima che intervenga un esperto (medico o infermiere) o che arrivi l'autoambulanza. Lo scopo del Primo soccorso è:- salvare la vita;- prevenire il peggioramento delle ferite o dei malori;- aiutare la ripresa del paziente.

**Il comportamento da tenere in caso d'infortunio**- Non perdere la calma;- evitare azioni inconsulte e dannose;- allontanare le persone non indispensabili;- prodigare le prime cure se si è in grado di farlo;- esame dell'infortunato: - controllare immediatamente le funzioni vitali (se è cosciente, se respira, se il cuore batte) - fare un'ispezione accurata del soggetto - valutare la dinamica dell'incidente - assicurare l'infortunato se è cosciente (soccorso psicologico) - evitare commenti sul suo stato anche se pare incosciente - chiamare il pronto intervento (118) qualora si ritenga necessario, specificando l'indirizzo, lo scenario e le condizioni del paziente, fornendo inoltre un recapito telefonico;

- praticare le manovre previste per l'urgenza e/o per la gravità: - eseguire immediatamente le manovre per la rianimazione - se la situazione non è urgente fare il minimo indispensabile - porre l'infortunato nella posizione di attesa più idonea - non lasciare l'infortunato da solo fino a che non verrà affidato a persone competenti - in caso di incidente provocato da contatto con sostanze chimiche, consegnare al medico l'imballaggio con l'etichetta della sostanza.

**118 - Il numero salvavita** In caso di emergenza telefonare al numero 118. Mantenere la calma e rispondere chiaramente alle richieste dell'operatore della centrale operativa:- condizioni e numero delle persone da soccorrere;- indirizzo completo e località;- punti di riferimento ben individuabili (incroci, negozi, eccetera);- numero di telefono da cui si chiama. Al termine della conversazione riagganciare bene il telefono e tenerlo libero per eventuali comunicazioni. Assicurarsi che le vie di accesso al luogo in cui è presente il malato o l'infortunato siano libere da ostacoli e ben illuminate. Una richiesta corretta può salvare una vita.

Di seguito si riportano in ordine alfabetico le diverse tipologie di malori e incidenti più frequenti e i relativi consigli su come portare un corretto Primo soccorso alla persona colpita.

**Arresto cardiorespiratorio - massaggio cardiaco** Sintomi: l'esistenza di un arresto cardiorespiratorio può essere verificata velocemente rilevando l'assenza dei movimenti del torace; ponendo il proprio orecchio sulla bocca e sul naso del paziente per accertare l'assenza di ogni flusso d'aria. *Primo soccorso* Il soccorritore deve:- adagiare il paziente in terra, in posizione supina, su di una superficie rigida. Chiamare o, meglio, fare chiamare da altri i soccorsi; - cercare di richiamare l'attenzione della vittima chiamandola a voce alta, evitando, però, di percuoterla e di schiaffeggiarla;- accertata l'assenza dell'attività respiratoria iniziare la respirazione artificiale (vedi); - dopo le prime insufflazioni d'aria controllare subito, per non più di 10 secondi, la presenza dell'attività cardiaca, testimoniata da eventuali piccoli movimenti del corpo (delle palpebre, delle dita, delle labbra, eccetera);- se la situazione si mantiene critica procedere al massaggio cardiaco: mettersi lateralmente al paziente e appoggiare il palmo della mano 2 cm sopra il punto in cui le costole si congiungono con lo sterno, quindi sovrapporre il palmo dell'altra mano sul dorso della prima e, con le braccia distese e le spalle in posizione perpendicolare al torace del paziente, premere decisamente verso il basso in direzione della colonna vertebrale in modo da ottenere, in un individuo adulto, una escursione di 4-5 cm. Sospendere bruscamente la compressione, permettendo al torace di riespandersi, ma non staccare le mani per non perdere la posizione e per evitare rimbalzi. Per effettuare un massaggio efficace è indispensabile evitare un comportamento concitato: effettuare le manovre energicamente e senza incertezze, praticando circa 100 compressioni del torace ogni minuto. Nelle fasi iniziali è buona regola mantenere il ritmo contando a voce alta. Il massaggio cardiaco, con la compressione del torace, determina sempre una certa ventilazione polmonare ma con volumi di aria insufficienti ad ossigenare adeguatamente il sangue. È necessario, pertanto, continuare ad eseguire anche la respirazione bocca a bocca. Se il soccorritore è solo deve praticare due ventilazioni in rapida sequenza (da compiere in cinque secondi) seguite da 30 compressioni al torace. Se i soccorritori sono due, dato che le manovre di rianimazione cardio-polmonare sono faticose, è opportuno uno scambio dei ruoli ogni 1-2 minuti.

Tale scambio dovrebbe avvenire nel più breve tempo possibile.

**Assideramento e congelamento**L'assideramento si verifica per una prolungata esposizione della persona al freddo. Sintomi: intorpidimento, sonnolenza, barcollamento, diminuzione della vista, perdita di coscienza. *Primo soccorso* Il soccorritore deve:- portare il paziente in un luogo caldo;- avvolgerlo in coperte o immergerlo in una vasca da bagno contenente acqua non molto calda;- una volta riscaldato, asciugarlo accuratamente e coprirlo con coperte di lana;- dargli da bere bevande calde, non alcoliche, se non ha perduto la coscienza;- badare che non si arresti il respiro e, se è necessario, eseguire la respirazione bocca a bocca.

Il congelamento è una condizione che colpisce tipicamente le estremità della persona, quando sono esposte per lungo tempo a bassissime temperature. Sintomi: subito prima del congelamento, la pelle può apparire arrossata, ma con il procedere del congelamento la pelle diventa bianca o grigio-giallastra. Può esservi come non esservi percezione di dolore. *Primo soccorso* Il soccorritore deve:- coprire la regione congelata con le mani calde, con indumenti o coperte;- non strofinare gli arti gelati;- portare la persona colpita in luogo chiuso al più presto possibile e immergere la parte congelata in acqua tiepida;- non usare acqua bollente o comunque troppo calda (non oltre i 38°C);- non applicare borse d'acqua calda o termofori e non tenere il paziente vicino a una stufa. Il calore eccessivo danneggia irreparabilmente i tessuti;- somministrare bevande calde (non alcoliche);- quando il paziente si è riscaldato esortarlo a muovere le parti colpite, se occorre, medicare con garze sterili.

**Attacco cardiaco**Sintomi: respiro molto affannoso e superficiale; dolore nella parte alta dell'addome; oppure dolore al petto che si estende talora alle braccia o al collo e alla testa. L'infermo può avere tosse insistente con emissione di secrezione rosea, schiumosa. I sintomi possono anche essere totalmente assenti. *Primo soccorso* Il soccorritore deve:- chiamare l'ambulanza, esporre le condizioni del malato e seguire i consigli;- aiutare il paziente a sistemarsi nella posizione che gli è più comoda (di solito si tratta di una posizione a metà tra quella seduta e quella distesa);- slacciare gli indumenti stretti (cintura, colletto, eccetera) e coprire il paziente per evitare che abbia freddo, ma non tanto da farlo sudare;- non tentare di far alzare il paziente o di spostarlo senza il controllo del medico;- non dargli alcuna bevanda senza il permesso del medico;- rimanere calmo e rassicurare il paziente;- esortarlo a respirare profondamente e lentamente e a espirare dalla bocca.

**Avvelenamento da Monossido di carbonio**Il monossido di carbonio è un gas incolore e inodore che uccide senza che la vittima se ne accorga. Un motore d'auto, lasciato acceso anche per poco tempo in una rimessa chiusa, può produrre una dose mortale di gas. L'odore dei gas di scarico non è dato dall'ossido di carbonio ma deriva dalla combustione di altre sostanze presenti nella benzina. Il monossido di carbonio è prodotto anche dalla combustione del legno e del carbone, dai fornelli o dalle graticole a carbone di legna, dai bruciatori di nafta difettosi. Il pericolo è particolarmente grave nei locali scarsamente ventilati. Sintomi: mal di testa, vertigini, debolezza, difficoltà respiratoria, talora vomito, quindi collasso e perdita di coscienza. La pelle, le unghie delle mani, i lobi delle orecchie, le labbra possono assumere un colore rosso vivo. *Primo soccorso* Il soccorritore:- non deve assolutamente respirare l'aria dell'ambiente in cui è avvenuto l'incidente;- se l'infortunato si trova in un luogo di difficile accesso deve indossare la maschera antigas e deve essere assicurato ad una fune di sicurezza;- deve portare subito il paziente all'aria aperta o aprire tutte le finestre e le porte;- deve chiamare un medico e se la situazione appare grave, chiamare il 118 o i vigili del fuoco;- deve iniziare subito la respirazione artificiale se il soggetto non respira o respira in modo irregolare;- deve verifi

...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

01/03/2008