

TESTO DIGITALE SUL TEMA
“NOZIONI ELEMENTARI DI PRONTO SOCCORSO”

Prof. TOMMASO FIORE

Ordinario di Anestesia e Rianimazione Università di Bari

Dr.ssa EMANUELLA DE FEO

Dirigente Medico Centrale Operativa 118 Bari

- ***Quando chiamare il 118?***

Ogni qualvolta ti sembra che qualcuno stia molto male o quando la persona è vittima di un infortunio o incidente grave.

- ***Come comportarsi quando una persona perde coscienza?***

Chiamare o far chiamare il 118 e poi stenderla per terra, iperestendere la testa e sollevare le gambe.

- ***Se il soggetto privo di coscienza non ha attività cardiaca e respiratoria come si procede?***

Si chiama o si fa chiamare il 118, si stende la vittima su un piano rigido, si scopre il torace e si inizia il massaggio cardiaco.

- ***Qual è la tecnica corretta del Massaggio Cardiaco Esterno?***

Ci si posiziona in ginocchio a lato del paziente all'altezza del torace; con le braccia iperestese si posizionano le mani incrociate al centro del torace, a livello della metà inferiore dello sterno e si comprime il

torace per 4-5 cm, con una frequenza di 100 compressioni al minuto.

- ***Qual è la tecnica corretta della Respirazione Bocca a Bocca?***

La respirazione bocca a bocca non è più consigliata nelle nuove linee guida; l'importante è massaggiare senza perdere tempo, dopo aver iperesteso la testa.

- ***Come comportarsi se il soggetto privo di coscienza ha normali attività cardiaca e respiratoria?***

Si allerta il 118 e lo si tiene steso con testa iperestesa fino all'arrivo dei soccorsi.

- ***Come comportarsi se la perdita di coscienza avviene in casa?***

Si allerta il 118 e lo si stende su un piano rigido con testa iperestesa fino all'arrivo dei soccorsi.

- ***Come comportarsi se un soggetto, mentre è in discoteca, dopo aver assunto alcol o droga, perde coscienza?***

Si allerta il 118 comunicando il possibile abuso di sostanze e lo si stende su un piano rigido con testa iperestesa fino all'arrivo dei soccorsi.

- ***Come comportarsi nel caso di un traumatizzato?***

Il paziente traumatizzato non va mobilizzato, bisogna solo attendere i soccorsi.

- ***Quali i segni indicativi di frattura di un arto?***

Dolore, rigonfiamento, impotenza funzionale e distorsione del normale profilo anatomico.

- ***Come comportarsi in caso di fratture o distorsioni?***

Si allerta il 118 che le immobilizza con appositi presidi (steccobende).

- ***Cosa fare in caso di trauma cranico?***

Si allerta il 118 e si attendono i soccorsi.

- ***Cosa fare in caso di trauma addominale?***

Si allerta il 118 e si attendono i soccorsi.

- ***Cosa fare in caso di emorragia?***

Si allerta il 118 e se si vede da dove perde sangue e si può comprimere si applica una benda elastica a monte della ferita o si comprime con le mani fino all'arrivo dei soccorsi.

- ***Cosa fare in caso di emorragia dal naso?***

Si allerta il 118 e si invita il paziente a portare la testa verso il basso tamponando la radice del naso con due dita.

- ***Come comportarsi in caso di ustioni?***

Si tagliano gli indumenti e si lava la parte interessata con acqua fresca per almeno 15 minuti. Evitare di rimuovere gli indumenti sulla parte ustionata.

- ***Come prevenire le ustioni?***

Soprattutto evitando di spruzzare su un fuoco (barbecue) l'alcol o altro liquido infiammabile contenuto in bottiglie di plastica per il rischio di ritorno di fiamma con esplosione della bottiglia. A tutt'oggi questa è la prima causa di ustioni nel mondo.

- ***Cosa fare in caso di punture di meduse o di pesci?***

Si lava la sede della puntura con acqua fredda e si applica una pomata al cortisone.

- ***Come comportarsi in casi di morso di serpente?***

Si allerta il 118 e si immobilizza la parte interessata cercando di calmare la vittima. Evitare di posizionare lacci a monte della ferita e di succhiare il sangue che fuoriesce dai fori dalla sede del morso.

- ***Cosa fare in caso di punture di insetti?***

Lavare con acqua fredda e in caso di dolore applicare una pomata di cortisone.

- ***Cosa fare in caso di soffocamento da corpo estraneo in gola?***

Allertare il 118. Invitare il pz a tossire, se la tosse inefficace e il paziente è ancora cosciente dare 5 colpi con il palmo della mano fra le scapole alternati a 5 compressioni all'addome del malcapitato cinto dalle spalle (*manovra di Heimlich*). Se il paziente è incosciente procedere al massaggio cardiaco esterno.

- ***Cosa fare nel caso che il soffocamento riguardi un bambino?***

Dagli 8 anni in su si procede come sopra. Per età inferiori si applica la manovra di Heimlich modificata che consiste nel posizionare il bambino prono sulla coscia del soccorritore seduto e nel dare colpi con una mano fra le scapole mentre l'altra mano mantiene sollevata la testa penzoloni del bambino.

- ***Come prevenire il soffocamento da corpi estranei nella gola?***

Evitando di dare oggetti pericolosi perchè piccoli e bocconi di cibo di grosse dimensioni ai bambini e agli anziani. Evitare di far mangiare i bambini mentre corrono, ridono o giocano.

- ***Cosa fare in caso di annegamento?***

Si allerta il 118, si stende il paziente su un piano rigido e se in arresto cardiaco si procede con il massaggio cardiaco esterno.

- ***Come prevenire gli annegamenti?***

Evitare il bagno fino a due ore dopo aver mangiato qualcosa indipendentemente dalla qualità o dalla quantità dei cibi ingeriti, evitare le acque profonde, l'allontanamento in acque sconosciute e il bagno con mare mosso.

- ***Colpo di sole e colpo di calore: da cosa è favorito?***

Esposizione prolungata al sole ed esercizio fisico estremo in giornate molto calde e soprattutto umide.

- ***Cosa fare in caso di colpo di sole o di calore?***

Portare la vittima in luogo fresco e areato, fare spugnature con acqua tiepida (evitare l'acqua fredda perché provoca vasocostrizione inibendo quindi la termodispersione) farlo bere (acqua) se è cosciente.

- ***Come prevenire il colpo di sole o di calore?***

Limitare l'esposizione solare, usare creme protettive, e in caso di lavori pesanti in giornate caldo-umide bere molta acqua e fare molte pause in luoghi freschi e ventilati.

- ***Come comportarsi in caso di febbre?***

Riposo a letto, antipiretici, evitare di coprire il paziente con coperte o vestiti pesanti e rinfrescare la stanza.

- ***Cosa fare in caso di vomito?***

Evitare a tutti i costi di sdraiare il paziente. Se paziente allettato porlo in posizione laterale.

- ***Quali le norme fondamentali di prudenza, al fine di evitare incidenti?***

Usare cinture di sicurezza o il casco -----(6)

Rispettare il codice della strada----(S 7)

Evitare la guida ad elevata velocità----- (S 5)

Evitare la guida spericolata (10)

Non fare benzina con la sigaretta accesa----- (18)

Non bere alcolici prima di mettersi alla guida---- (2 bis)

Non distrarsi alla guida (musica ad elevato volume, uso del cellulare, fumo di sigaretta ecc..)----- (S 7)

Evitare lo “sballo” (mix di alcol e droga in quantità eccessiva)--- (3)

Non fare il bagno quando il mare è agitato----- (5)

Non parlare con la bocca piena----- (S 8)

Evitare le bevande ghiacciate----- (S 10)

Non coprirsi troppo quando si pratica attività fisica----- (S 18)

Evitare l'esposizione prolungata al sole----- (S 19)

Trattare le malattie da raffreddamento con la giusta terapia (caldo del letto e antipiretici) e per il giusto tempo---- (11)

Usare le giuste precauzioni nell'uso degli elettrodomestici----- (S 21)

Non utilizzare alcol per accendere il fuoco----- (S 22) Tenere lontani i bambini dai fornelli----- (S 23)