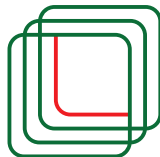


PRIMO SOCCORSO – È FACILE

MINI GUIDA

SVOLTA VERSO LA SALUTE 2.0



FUNDACJA
EDUKACJA
ZDROWIE
BEZPIECZENSTWO



PRIMO SOCCORSO - È FACILE

MINI GUIDA

Questo manuale di primo soccorso illustra la sequenza delle azioni da compiere per la rianimazione cardiopolmonare (RCP), l'uso del defibrillatore automatico esterno (DAE), il posizionamento dell'infortunato nella posizione laterale di sicurezza e le manovre da eseguire in caso di soffocamento.

Tutte le informazioni relative alla RCP e all'uso del DAE sono conformi alle attuali linee guida del Consiglio Europeo di Rianimazione (ERC - European Resuscitation Council).

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)



VEDI UNA PERSONA A TERRA

Guardati intorno e valuta se la zona è sicura. Verifica che non vi siano pericoli come: incendio, contaminazione, scossa elettrica, animali a guardia del padrone, ecc. Se stai prestando soccorso in un incidente stradale:

- Parcheggia l'auto in modo da evitare tamponamenti e accendi le luci di emergenza,
- Indossa il gilet ad alta visibilità,
- Posiziona il triangolo di emergenza,
- Prendi dalla tua auto l'estintore, il kit di pronto soccorso e i guanti protettivi.

Garantisci la sicurezza tua e dell'infortunato.

VALUTO LA SICUREZZA

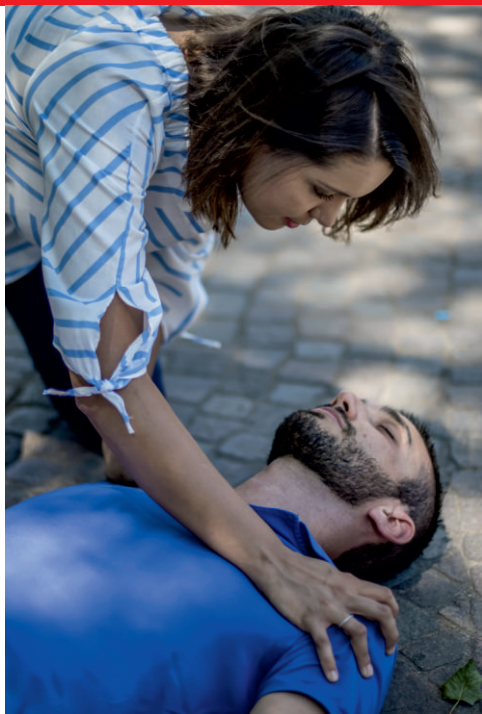
RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)

Scuoti delicatamente le spalle e chiedi ad alta voce:

- ***"Cosa è successo?"***
- ***"Mi sente?"***
- ***"Apra gli occhi!"***

Scuotendo delicatamente le spalle, verifica se l'infortunato reagisce: parla, apre gli occhi, mostra una smorfia di dolore, sorpresa, piange...

Assicurati se reagisce o meno, ovvero se è cosciente o privo di conoscenza.



VALUTO LO STATO DI COSCIENZA

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)



Chiama tu stesso oppure individua una persona tra i presenti e chiedile di chiamare i soccorsi e di portare un DAE (defibrillatore).

È preferibile farlo seguendo questo schema:

"Signore/Signora, per favore chiami l'ambulanza al numero 112 e dica che:

- **(DOVE):** a Sieradz, presso la Stazione Ferroviaria, vicino alla biglietteria n. 1.
- **(COSA È SUCCESSO):** c'è un uomo a terra ed è privo di conoscenza.
- **(COSA STIAMO FACENDO):** Controllerò il suo respiro tra un attimo. Se non respira, inizierò la rianimazione cardiopolmonare e chiamerò qualcuno a prendere un defibrillatore."

NOTE:

1. Durante la chiamata rispondi a tutte le domande dell'operatore.
2. Non riagganciare per primo (l'operatore può guidarti nelle manovre).

CHIAMO I SOCCORSI

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)

In attesa del collegamento con i soccorsi, controlla che non vi siano corpi estranei nella bocca dell'infortunato.

Rimuovili, ma non farlo alla cieca per non spingerli più in profondità. Rimuovili solo se sono chiaramente visibili a prima vista.

Successivamente libera le vie aeree: metti una mano sulla fronte dell'infortunato e con le dita dell'altra mano solleva il mento. Reclina la testa all'indietro fino a sentire una naturale resistenza.

ATTENZIONE:

Questa tecnica si applica esclusivamente a soggetti non traumatizzati.



LIBERO LE VIE AEREE

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)



Mantenendo le vie aeree libere, avvicina la tua guancia alla bocca dell'infortunato:

- Senti l'aria emessa sulla tua guancia,
- Ascolta il suono del respiro,
- Osserva i movimenti del torace,
- Dedicaci 10 secondi.

Se hai percepito 2-3 respiri:

Valutazione: L'infortunato respira normalmente.

Se il respiro è debole, faticoso, simile ad "un pesce fuori dall'acqua" (gasping), sono presenti rantoli, convulsioni o non sei sicuro che respiri correttamente:

Valutazione: Assenza di respiro normale.

Riferisci questa informazione all'operatore del 112.

VALUTO IL RESPIRO

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)



VALUTO IL RESPIRO

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)



INFORTUNATO PRIVO DI CONOSCENZA, NON RESPIRA)

- Scopri il torace dell'infortunato,
- Posiziona il palmo di una mano al centro del torace,
- Sovrapponi l'altra mano sulla prima,
- Intreccia le dita e sollevale leggermente,
- Mantieni le braccia tese,
- Comprimi il torace a ritmo regolare: 100-120 compressioni al. minuto,
- Profondità di compressione: 5-6 cm (negli adulti),
- Non staccare le mani dal torace.

AGISCI IN CICLI

30 
compressioni

ESEGUO 30 COMPRESSIONI TORACICHE

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)

- Libera le vie aeree,
- Utilizza obbligatoriamente la mascherina/ bocchino di protezione,
- Chiudi il naso dell'infortunato usando il pollice e l'indice della mano appoggiata sulla fronte,
- Esegui due ventilazioni:
 - fai un'inspirazione normale (non troppo profonda),
 - sigilla le tue labbra attorno alla bocca dell'infortunato e insuffla l'aria per circa 1 secondo, fino a veder sollevare il torace,
 - lascia che l'aria fuoriesca, quindi effettua la seconda ventilazione.

**SE NON DISPONI DEL BOCCHINO/
MASCHERINA, ESEGUI SOLO
LE COMPRESSIONI TORACICHE
(finché riesci).**



2

ventilazioni



ESEGUO 2 VENTILAZIONI DI SOCCORSO

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)



**È FACILE DA USARE.
SE È DISPONIBILE,
USALO SUBITO!**

- Mantieni le condizioni di sicurezza.
- Accendi il defibrillatore: ascolterai le istruzioni vocali.
- Segui le istruzioni, ti guideranno passo dopo passo.
- Prendi la confezione degli elettrodi dal dispositivo, aprila ed estrai gli elettrodi.
- Stacca il primo elettrodo dalla pellicola e applicalo sulla parte superiore del torace scoperto (a destra dello sterno, sotto la clavicola destra).
- Stacca il secondo elettrodo e applicalo sotto l'ascella sinistra dell'infortunato.
- Attendi le successive istruzioni del DAE.



DEFIBRILLATORE AUTOMATICO ESTERNO (DAE)

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)



FISSAGGIO DEGLI ELETTRODI

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)



- Allontanati dall'infortunato e non toccarlo per non interferire con l'analisi.
- Se la condizione richiede la scarica, sentirai: **"Defibrillazione consigliata"**. Allontanati anche tu.
- Fai un gesto con le mani verso i presenti e di ad alta voce: **"Allontanarsi tutti!"**.
- Sentirai il messaggio: **"Caricamento in corso, allontanarsi dal paziente"**.
- Quando il DAE è pronto per la defibrillazione sentirai: **"Premere il pulsante lampeggiante per erogare la scarica"**.
- Prima di premere il pulsante, allontanati e ribadisci a voce alta: **"Allontanarsi, scarica imminente!"**.

ANALISI DEL RITMO CARDIACO

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE (RCP)

- Reevalua la sicurezza tua e dei presenti.

**PREMI IL PULSANTE LAMPEGGIANTE ->
DEFIBRILLAZIONE**



- Dopo la defibrillazione sentirai:
„Continuare la rianimazione cardiopolmonare, iniziare le compressioni toraciche e le ventilazioni”.
Continua nei cicli 30 compressioni e 2 ventilazioni (se non hai la mascherina, esegui solo le compressioni).
- Dopo 2 minuti il DAE fornirà nuove istruzioni vocali.



DEFIBRILLAZIONE

POSIZIONE LATERALE DI SICUREZZA (PLS)



**INFORTUNATO PRIVO DI
CONOSCENZA, MA CHE RESPIRA**

ATTENZIONE:

**Questa tecnica si applica esclusivamente
a soggetti non traumatizzati.**

Inginocchiati accanto alla persona:

- Assicurati che le gambe e le braccia siano stese lungo il corpo.
- Togli gli occhiali all'infortunato e controlla che non abbia oggetti rigidi o taglienti nelle tasche (posizionali dietro la sua testa).
- Prendi il braccio dell'infortunato dal tuo lato e piegalo ad angolo retto (posizione "Ave Cesare") con il palmo rivolto verso l'alto.

POSIZIONE LATERALE DI SICUREZZA (PLS)

- Prendi l'altro braccio dell'infortunato, incrocialo sul torace e appoggia il dorso della mano sulla guancia del tuo lato.
- Mantieni la mano premuta contro la guancia.



PASSAGGIO 2

POSIZIONE LATERALE DI SICUREZZA (PLS)



- Con l'altra mano, afferra la gamba opposta dell'infortunato subito sopra il ginocchio e sollevala mantenendo il piede a terra, avvicinandolo al gluteo.
- Mantenendo la mano sotto la guancia, tira la gamba verso di te per far ruotare l'infortunato sul fianco.



PASSAGGIO 3

POSIZIONE LATERALE DI SICUREZZA (PLS)



- Stabilizza l'infortunato posizionando la gamba superiore con l'anca e il ginocchio piegati ad angolo retto.
- Assicurati che le vie aeree rimangano libere.
- Controlla regolarmente ogni minuto che l'infortunato continui a respirare.
- Dopo 30 minuti (se possibile), ruota l'infortunato sull'altro fianco.

ATTENZIONE:

- **Non applicare la posizione laterale di sicurezza se sospetti traumi o lesioni della colonna vertebrale.**
- **Le donne in stato di gravidanza visibile devono essere posizionate esclusivamente sul fianco sinistro.**

PASSAGGIO 4

SOFFOCAMENTO / OSTRUZIONE DELLE VIE AEREE



Si parla di soffocamento in caso di ostruzione parziale o totale delle vie aeree da parte di un corpo estraneo.

Uno dei riflessi tipici della persona che sta soffocando è la tosse (un tentativo naturale del corpo di espellere il corpo estraneo).

Incoraggia la persona a piegarsi in avanti e tossire.

Se questo non aiuta...

PASSAGGIO 1

SOFFOCAMENTO / OSTRUZIONE DELLE VIE AEREE

Procedi eseguendo 5 colpi interscapolari:

- Posizionati di lato rispetto all'infortunato.
- Fai passare un braccio sotto il torace della persona per sostenerla e piegarla in avanti.
- Con il palmo dell'altra mano sferra fino a 5 colpi decisi tra le scapole.
- Dopo ogni colpo, verifica se il corpo estraneo è stato espulso.



PASSAGGIO 2

SOFFOCAMENTO / OSTRUZIONE DELLE VIE AEREE

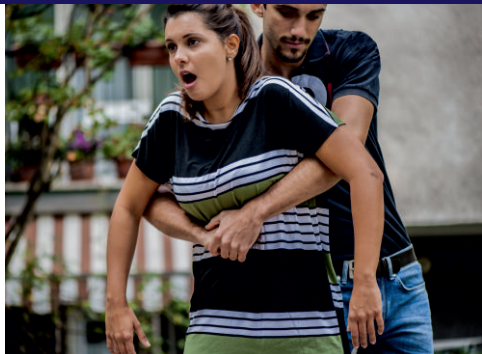


Se i colpi non hanno avuto effetto, esegui 5 compressioni addominali (Manovra di Heimlich):

- Posizionati dietro l'infortunato e circondagli l'addome con le braccia sotto le ascelle.
- Stringi una mano a pugno e posizionala nell'area addominale (tra l'ombelico e lo sterno), afferra il pugno con l'altra mano.
- Piega l'infortunato in avanti e comprimi energicamente verso l'interno e verso l'alto.

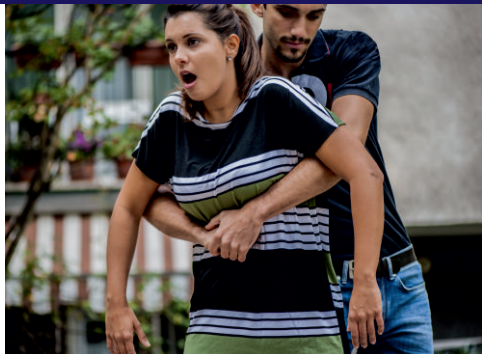
SOFFOCAMENTO / OSTRUZIONE DELLE VIE AEREE

- Se l'ostruzione persiste, alterna 5 colpi interscapolari e 5 compressioni addominali fino alla rimozione del corpo estraneo o fino a quando la persona non perde conoscenza.
- In caso di perdita di conoscenza e assenza di respiro normale, chiama immediatamente il 112, controlla se il corpo estraneo è visibile nella bocca (se sì, rimuovilo) e inizia la RCP.
- Se la persona riprende conoscenza e comincia a respirare normalmente, mettila in posizione laterale di sicurezza e monitora i parametri vitali.



SOFFOCAMENTO / OSTRUZIONE DELLE VIE AEREE

- Se l'ostruzione persiste, alterna 5 colpi interscapolari e 5 compressioni addominali fino alla rimozione del corpo estraneo o fino a quando la persona non perde conoscenza.
- In caso di perdita di conoscenza e assenza di respiro normale, chiama immediatamente il 112, controlla se il corpo estraneo è visibile nella bocca (se sì, rimuovilo) e inizia la RCP.
- Se la persona riprende conoscenza e comincia a respirare normalmente, mettila in posizione laterale di sicurezza e monitora i parametri vitali.



RICORDA

- Prima di intervenire, rifletti da dove iniziare.
- Non avvicinarti all'infortunato finché non sei sicuro che l'area sia priva di pericoli per te, per l'infortunato e per i presenti.
- Durante le manovre indossa sempre i guanti protettivi e usa la mascherina per le ventilazioni.
- Se il DAE è disponibile, usalo sempre durante la rianimazione.
- Non lasciare mai l'infortunato da solo.

EW EUROWAG

PARTNER PRINCIPALE

PATROCINIO ONORARIO



Krajowa Rada
BEZPIECZEŃSTWA
RUCHU DROGOWEGO

Libretto pubblicato nell'ambito della campagna
di supporto alla salute dei conducenti professionali

Copia gratuita