



PRIMO SOCCORSO

Come salvare una vita in poche mosse...



D'Ambrosio
Giuseppina
II As



Cosa s'intende per «Primo Soccorso»?

Il **primo soccorso** è l'insieme delle azioni che permettono di aiutare, in **situazioni di emergenza**, una o più persone in difficoltà, vittime di traumi fisici o psicologici o malori improvvisi, nell'attesa dell'arrivo dei soccorritori qualificati.

Il “**soccorritore**”, dunque, non è necessariamente un medico o un paramedico, bensì può letteralmente essere **chiunque**, anche completamente fuori dall'ambito medico: qualsiasi cittadino diventa “soccorritore” quando interviene per aiutare un'altra persona in difficoltà, **nell'attesa dell'arrivo di soccorsi più qualificati**.

Gli obiettivi del primo soccorso sono di analizzare la situazione di emergenza per capire se sia necessario **allertare i soccorsi avanzati**, e successivamente offrire l'assistenza richiesta, assicurandosi di **non causare ulteriori danni all'individuo**. Il primo soccorso è indispensabile per **tenere in vita un individuo in attesa di persone specializzate**: sono fin troppe le morti causate da arresto cardiaco od ostruzione delle vie aeree, molto spesso causate anche perché **nel 70% delle volte sono affiancate da persone che non possiedono alcuna competenza sanitaria** o capacità ad eseguire alcune semplici mosse che potrebbero salvare una vita intera e **nel 15% dei casi sono affiancate da persone che non intervengono per paura** di non sapere cosa fare o di provocare dei danni.

Sai RICONOSCERE I SIMBOLI CHE TI POTREBBERO AIUTARE NEL SOCCORSO?

Se necessiti di strumenti appositi in situazioni di emergenza, ogni edificio deve essere dotato di una **cassetta del pronto soccorso** riconoscibile da una **croce bianca su sfondo verde**, simbolo internazionale del primo soccorso istituito dalla *International Organization for Standardization (ISO)*.



Il simbolo che indica, invece, un **veicolo** o il personale di soccorso è la **Stella della vita**, formato da una **croce azzurra a sei braccia**, all'interno della quale vi è il “**bastone di Asclepio**”: un bastone attorno al quale è attorcigliato un serpente.

Cosa fare in situazioni di emergenza ?

Molto importante è la capacità di saper riconoscere un pericolo e di intervenire nel caso si presenti un'emergenza sanitaria, offrendo aiuto a chiunque sia vittima di infortunio.

- Valutare l'infortunato, **controllare le funzioni vitali** (se respira se è cosciente).
 - **Rassicurare** l'infortunato, se cosciente.
 - **Evitare commenti** sul suo stato, anche se sembra incosciente.
- **Chiamare** il pronto intervento (**118**), specificando chiaramente il luogo dell'evento.
 - **Mantenere la calma** e agire tempestivamente;
 - **Non far creare affollamento** intorno al malato;
- Se l'infortunato non è cosciente, ma respira, mettere la persona in **posizione di sicurezza**; allentare **indumenti stretti**, cinture e cravatte; se non respira, liberare la bocca da eventuali ostruzioni; mantenere aperte le vie aeree; iniziare la respirazione artificiale con 4-5 rapide insufflazioni.

Chi può effettuare il primo soccorso?

Come abbiamo già detto, ogni cittadino possedente le capacità e la conoscenza delle mosse e manovre da applicare nelle situazioni, può intervenire in caso di pericolo, ma nei posti di lavoro, aziende o uffici pubblici, è necessario avere uno o più addetti al primo soccorso che hanno il compito di garantire la sicurezza sul lavoro intervenendo in caso si verificano incidenti o emergenze: figure aventi conoscenze necessarie in materia di primo soccorso, acquisite grazie al corso di formazione la cui frequentazione è obbligatoria per ottenere l'idoneità a svolgere questo ruolo.



COSA FARE DURANTE UN SOFFOCAMENTO DA CORPO ESTRANEO?

Una delle situazioni di emergenza più comuni è sicuramente il **soffocamento ed ostruzione delle vie aeree**. Bisogna fare bene attenzione alla situazione ad all'infornato poiché sono diversi i modi di agire nel caso di un **lattante**, di un **bambino** o di un **adulto**.

Nel caso di un lattante...

1. Poggiare il lattante sulle **gambe**, a **pancia in giù**, inclinare il bambino con la testa a un'altezza più bassa del torace, sostenendogli la testa e la nuca.
2. Dare **5 colpi** con il palmo della mano sulla schiena, tra le **scapole**.

Se non hanno effetto:

3. Girare il lattante a **pancia in su**, sostenendo busto e capo con il braccio.
4. Fare **5 compressioni toraciche**, forti e distaccate, con **due dita**, nel punto appena sotto i capezzoli.
5. Ripeti queste manovre finché il corpo estraneo viene espulso o finché il bambino piange.

Chiama il subito 118 (112, dove è già attivo il numero unico d'emergenza) o incarica un'altra persona di farlo magari con il cellulare, se la manovra non è efficace già ai primi tentativi.



COSA FARE DURANTE UN SOFFOCAMENTO DA CORPO ESTRANEO?

Nel caso di un bambino superiore ad un anno fino all'età adulta...

1. Tenere il bambino piegato sulle gambe ed effettuare 5 colpi tra le scapole con il palmo della mano.

Se ciò non ha effetto...

2. Effettuare la **manovra di Heimlich**
 - a. Porsi alle spalle del paziente, in piedi o seduto, ed abbracciarlo alla vita.
 - b. Porre una mano a pugno un po' sopra l'ombelico, afferrarla con l'altra mano.
 - c. Comprimere verso l'alto per 5 volte

Alternare 5 compressioni sul dorso e 5 compressioni addominali fino all'espulsione del corpo estraneo o fino a quando il paziente diventa incosciente, in tal caso chiamare i soccorsi.



COSA FARE DURANTE UN ARRESTO CARDIACO?

Altra situazione comune è l'**arresto cardiaco**: solo in Europa sono vittime di arresto cardiaco ogni anno circa **400.000 persone**. L'assistenza ed il soccorso prima dell'ambulanza **aumenta del doppio o del triplo le possibilità di sopravvivenza**. Tuttavia, in Europa, la rianimazione cardiopolmonare viene iniziata prima dell'arrivo dell'ambulanza soltanto nel **58% dei casi**. In Italia, nel **33%** dei casi. Se si riuscisse ad aumentare la percentuale al **60%** si riuscirebbero a **salvare 100.00 persone all'anno**. Ecco perché è fondamentale sensibilizzare le persone all'istruzione del primo soccorso

Cosa fare in queste situazioni?

1. Assicurarsi dello **stato del paziente**:
 - a. Piangere la testa della vittima all'indietro ed il mento in avanti.
 - b. Porre una mano sulla fronte e due dita sotto il mento.
 - c. Osservare il torace e controllare se il paziente non respira per più di 10 secondi.
2. Chiamare subito i **soccorsi** al numero unico emergenza 112 o 118;
3. Mandare un altro testimone a cercare un **defibrillatore semiautomatico DAE**;
4. Effettuare la **rianimazione cardiopolmonare**.



Come effettuare il massaggio cardiopolmonare?

1. Sovrapporre le mani al **centro del torace**.
2. Con le **braccia tese**, comprimere (5-6cm) velocemente, **2 volte al secondo** (100-120 volte al minuto), senza interruzioni.
3. Lasciare risalire il torace tra le compressioni senza staccare le mani
4. Alternare **30 compressioni con 2 ventilazioni**.





PRIMO SOCCORSO

Come salvare una vita in poche mosse...



D'Ambrosio Giuseppina

II As

2022/2023

Diamo il nostro contributo alla comunità: in pochi minuti possiamo imparare mosse ed azioni che salvano tutta una vita!

