



PRIMO SOCCORSO

Vademecum per chi è caduto a terra privo di coscienza
e con sospetto di arresto cardio-respiratorio

RIANIMAZIONE CARDIO-POLMONARE (RCP)

Cosa fare se vedi
una persona a terra
o se si accascia a terra
restando immobile?



1

Metti in sicurezza l'ambiente (controlla se c'è gas, benzina, cavi di corrente scoperti...).

2

Poi, verificane lo stato di **coscienza**, chiamandola e scuotendola (potrebbe essere sorda!), o provocandole dolore con pizzicotti moderati sul collo.



3



3

Se non risponde...



118

4

...chiama subito
il 118!

5

Controlla se respira, accostando il tuo orecchio e la tua guancia sul suo naso e la sua bocca, fissando i tuoi occhi sul suo torace per vedere se si muove.

Si esegue, cioè, la **manovra GAS**.



Guardo se il torace si muove, se la bocca è libera da corpi estranei e se vi è cianosi.

Ascolto se ci sono rumori respiratori (rantoli).

Sento il calore e la pressione dell'aria espirata. Tutto contando a voce alta **fino a 10**.



6

Facoltativo è prendere il **polso**, **radiale** o **carotideo** (quest'ultimo è il più sicuro), per verificarne la circolazione.

POLSO CAROTIDEO

7

Se **respira**, ponila in **posizione laterale di sicurezza**, assistendola in attesa dei soccorsi.

POSIZIONE LATERALE DI SICUREZZA

a



b



c



d



8

Se **non respira**, allerta di nuovo il **118**,
avvertendo che la vittima oltre
a **non essere cosciente, non respira**:
potrebbe essere in **arresto cardio-respiratorio**.
Allora **esegui** subito la **rianimazione
cardio-polmonare (RCP)**,
fino all'arrivo dei **soccorsi**.

RIANIMAZIONE CARDIO-POLMONARE (RCP)

a



b



Inginòcchiati a fianco della vittima, scopri il suo torace e, intrecciate le tue mani c)...

c



d



e



f



g



... esegui **30 compressioni** al centro del torace,
più **2 insufflazioni** bocca a bocca, **chiudendole il naso**.

Continua fino all'arrivo dei soccorsi.



DISOSTRUZIONE DELLE VIE AEREE

Cosa fare se ti trovi
di fronte una persona
che sta soffocando
per qualcosa che
non riesce ad ingoiare
e respira male?

In ogni caso chiama il 118!

NELL' ADULTO

Non aver paura... ma sangue freddo!
Esegui le **manovre di disostruzione delle vie aeree:**
dai 5 pacche interscapolari **a)**
invitando il soggetto a tossire più volte;



MANOVRA DI HEIMLICH

continua eseguendo
la **manovra di Heimlich**,
che consiste nel cingere la vittima
con le braccia dal di dietro **b)** e,
chiudendo una mano a pugno
e l'altra che la avvolge, collocare
sotto lo sterno per comprimere,
a mò di morsa, la zona dello stomaco,
con **manovra in rotazione
dal basso verso l'alto.**

Avvertenza!

Se la persona, poi, **perde coscienza**
perchè non respira, adagiala al suolo
e subito inizia la **rianimazione
cardio-polmonare (RCP vedi pag.9).**

NEL LATTANTE

Se un presunto **corpo estraneo** nelle vie aeree sta soffocando un lattante (0-1/2 anni) chiamare subito il **118**. Nell'attesa segui lo schema dell'iconografia: posiziona il bambino sull'avambraccio, a pancia in sotto e la mano sotto la mandibola senza chiudergli la bocca. Dai, poi, con l'altra mano 5 colpi interscapolari in fuga in laterale **a**).



Poi, rigiralo sull'altro avambraccio a pancia in su ed esegui 5 compressioni al centro del torace con **due dita b**), come nella **rianimazione cardio-polmonare (RCP)**. Continua fino a che il lattante non espelle il corpo estraneo e, se diventa incosciente, comunque fino a quando non arrivano i soccorsi.

NEL BAMBINO

Oltre i 2 anni le manovre sono le stesse che nell'adulto
(**vedi pag. 13**).

Se il bambino dovesse **perdere la coscienza** a seguito del soffocamento, adagialo al suolo ed inizia subito la **rianimazione cardio-polmonare (RCP)**, fino all'arrivo dei soccorsi (**118**) subito allertati.



SVENIMENTO

Lo svenimento (o sincope) è la perdita momentanea della coscienza. Diversa è la lipotimia in cui non si ha perdita della coscienza, ma solo una momentanea sensazione di “venir meno”.

Lo **svenimento** si può verificare per più cause.

Si va dalle più semplici, quali il digiuno, le forti emozioni, l'eccesso di caldo, la stanchezza, lo stress, lo stare troppo in piedi... a cause più complesse, quali malattie cardio-circolatorie, neurologiche, diabete...

I **sintomi** sono dati da: sensazione di giramento di testa, sudorazione, offuscamento della vista, abbassamento della pressione, polso piccolo o poco rilevabile, oltre alla perdita della coscienza per qualche minuto.

Avvertenza!

**Non somministrare nulla per bocca, né liquidi, né solidi!
Solo in caso di una buona ripresa, sono consigliate
delle bevande (acqua, caffè...).**

I **rimedi** sono legati alla storia clinica della persona che è svenuta, che se è portatrice delle malattie sopracitate, necessita subito di controllo medico!

In ogni modo la persona svenuta va **distesa al suolo** e le sue gambe alzate per far affluire sangue al cervello (**vedi pag. 19**).

Tieni poi sotto controllo lo stato di coscienza e la respirazione per attivare, nel caso fossero assenti, le procedure della **rianimazione**, dopo aver subito chiamato il **118**.

Così va soccorsa una persona svenuta.

