

# Primo Soccorso

## SVENIMENTO

### COSA FARE

- Se possibile “accompagnare” la caduta in terra per evitare traumi cranici
- Posizionare la vittima in **posizione supina**
- Allentare gli indumenti stretti
- Sollevare gli arti inferiori se non si sospettano traumi alla colonna vertebrale
- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali con tecniche di base
- Eventualmente coprire il soggetto con una coperta
- Alla ripresa della coscienza tranquillizzare la persona
- Chiamare il **118** e entro alcuni minuti non si riprende o se si risente male

### COSA NON FARE

- Non sollevare la persona svenuta in posizione eretta o seduta
- Non cercare di rianimare la vittima schiaffeggiandola o dandole bevande
- Non dare alcolici quando la vittima ha ripreso i sensi
- Alla ripresa della coscienza non metterla subito in posizione eretta, ma mantenerla supina per alcuni minuti facendola in seguito sollevare gradualmente

# Primo Soccorso

## CRISI CONVULSIVA

### COSA FARE

- Se possibile “accompagnare” la caduta in terra per evitare traumi cranici
- Appoggiare se possibile la testa del paziente su qualcosa di morbido (cappotto, coperta, ecc.)
- Allentare gli indumenti stretti
- Facilitare la respirazione utilizzando la **posizione di sicurezza**
- Spostare i mobili in modo che la vittima non si ferisca sbattendovi contro
- Chiamare il **118**

### COSA NON FARE

- Non mettere nulla tra i denti
- Non tenere disteso con forza il paziente

# Primo Soccorso

## COLPO DI CALORE

### COSA FARE

- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali con tecniche di base
- Chiamare il **118**
- Raffreddare il paziente rapidamente:
- Trasportare l'infortunato in un ambiente fresco e ventilato ed in ogni caso allontanarlo dalla fonte di calore.
- **Svestirlo e raffreddare la superficie del corpo :**
  - *con spugnature fresche*
  - *spruzzando o versando acqua*
  - *avvolgendolo in asciugamani o panni bagnati sui quali versare acqua*
  - *se a disposizione, mettendo ghiaccio (anche sintetico)*

### COSA NON FARE

- Non dare alcolici e bevande ghiacciate

# Primo Soccorso

## SHOCK

### COSA FARE

- Chiamare il **118**
- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali con tecniche di base
- Far assumere la **posizione antishock**
- Liberare da indumenti troppo stretti
- Coprire e tranquillizzare la vittima

### COSA NON FARE

- Non somministrare bevande o cibi

# Primo Soccorso

## ATTACCO CARDIACO (Angina pectoris, infarto)

### COSA FARE

- Mettere in posizione semiseduta con le ginocchia piegate
- Slacciare gli indumenti al collo, vita e torace
- Chiamare il **118**
- Tranquillizzare il paziente
- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali
- Spesso il soggetto sa di essere cardiopatico, conosce i sintomi e la loro evoluzione, ha con se i farmaci e sa come assumerli.  
**Chiedigli come puoi aiutarlo**

### COSA NON FARE

- Non somministrare bevande
- Non muoverlo, non farlo camminare

# Primo Soccorso

## FERITE

### COSA FARE

- Lavarsi le mani con acqua e sapone ed indossare i guanti
- Lavare la ferita facendo scorrere acqua pulendola dai detriti di terra o altra eventuale sporcizia
- Disinfettarla e coprirla con garze sterili
- **In caso di sanguinamento abbondante:**
- *fasciare la ferita, applicare del ghiaccio o ghiaccio pronto uso sulla medicazione;*
- *se la ferita è su un arto sollevarlo*

### COSA NON FARE

- Non usare sulle ferite cotone idrofilo, polvere antibiotica

# Primo Soccorso

## EMORRAGIA INTERNA

### COSA FARE

- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali
- Chiamare il **118**
- In attesa dei soccorsi tenere l'infortunato con gli **arti inferiori sollevati**

### COSA NON FARE

- Non somministrare bevande

# Primo Soccorso

## EMORRAGIA ESTERNA

### COSA FARE

- Indossare i guanti
- Sdraiare il paziente e controllare, se necessario, le funzioni vitali
- Sollevare la parte sanguinante al di sopra del livello del cuore
- Coprire la ferita con un tampone di garza sterile o un panno pulito e comprimere intensamente
- Chiamare il **118**
- Mantenere la compressione fino all'arrivo dei soccorsi
- In casi eccezionalmente gravi, se l'emorragia non si arresta con la compressione manuale, si può applicare un laccio emostatico o meglio una fascia a monte della ferita al massimo per 10 minuti

### COSA NON FARE

- Non utilizzare materiali penetranti come corde, fil di ferro ecc. come lacci
- Non rimuovere corpi estranei dal tessuto lesa che potrebbero fungere da tamponi naturali

# Primo Soccorso

## EPISTASSI

### COSA FARE

- Indossare i guanti
- Premere la narice interessata sul setto nasale per qualche minuto
- Tenere seduto il paziente con la testa in avanti per evitare un'ingestione di sangue
- Applicare del ghiaccio (*o acqua fredda*) sulla fronte o alla radice del naso
- Se l'emorragia non si arresta chiamare il **118**

### COSA NON FARE

- Non reclinare il capo indietro né far soffiare il naso
- Non comprimere le narici se l'infortunato ha subito un trauma cranico

# Primo Soccorso

## DISTORSIONE

### COSA FARE

- Mettere a riposo l'arto con adatto bendaggio
- Applicare acqua fredda o ghiaccio sull'articolazione
- Inviare l'infortunato al **Pronto Soccorso** per il trattamento idoneo

### COSA NON FARE

- Non muovere l'arto
- Se il trauma ha interessato la colonna vertebrale non spostare la persona in attesa dell'ambulanza e non posizionare cuscini sotto la testa

# Primo Soccorso

## LUSSAZIONE

### COSA FARE

- Mettere a riposo l'arto con adatto bendaggio rispettando l'eventuale posizione naturale di difesa
- Applicare acqua fredda o ghiaccio sull'articolazione
- Inviare l'infortunato al **Pronto Soccorso** per il trattamento idoneo

### COSA NON FARE

- Non tentare di rimettere i capi articolari nelle sedi abituali
- Se il trauma ha interessato la colonna vertebrale non spostare la persona in attesa dell'ambulanza e non posizionare cuscini sotto la testa

# Primo Soccorso

## FRATTURE

### COSA FARE

- Chiamare il **118**
- **Nel caso di fratture agli arti:**
- Mantenere immobile l'arto fratturato senza spostare monconi di fratture
- Proteggere con garze sterili o teli puliti eventuali ferite o parti ossee sporgenti
- Mettere del ghiaccio sulla zona del trauma
- **Nel caso di fratture alla colonna vertebrale:**
- Lasciare la vittima nella posizione assunta spontaneamente
- Se è necessario spostare la persona

### COSA NON FARE

- **Nel caso di fratture agli arti:**
- Non tentare di raddrizzare gli arti
- Non spostare la persona se non è indispensabile
- **Nel caso di fratture alla colonna vertebrale:**
- Non spostare la persona in attesa dell'ambulanza
- Non mettere seduto
- Non piegare la schiena
- Non ruotare il collo, non fletterlo, non iperestenderlo
- Non posizionare cuscini sotto la testa

# Primo Soccorso

## TRAUMA CRANICO

### COSA FARE

- Stendere il soggetto in posizione supina con il capo ben poggiato per terra
- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali
- Chiamare il **118**
- Applicare il ghiaccio sul capo

### COSA NON FARE

- Non tamponare l'uscita di sangue da naso, bocca, orecchio
- Non somministrare bevande
- Non ruotare la testa
- Non flettere la testa in avanti
- Non iperstenderla eccessivamente

# Primo Soccorso

## LESIONI OCULARI DA RPI ESTRANEI O SCHIZZI DI SOSTANZE

### COSA FARE

- Lavare l'occhio con acqua in quantità abbondante; in caso di contatto con sostanze chimiche prostrarre il lavaggio per 5-10 minuti
- Coprire l'occhio con una garza o benda sterile, senza effettuare pressione su di esso e se possibile mantenere chiuso anche l'altro occhio per evitare movimenti dell'occhio lesa
- Inviare al **Pronto Soccorso Oculistico**

### COSA NON FARE

- Non tentare la rimozione di corpi estranei
- Non mettere colliri, pomate
- Non effettuare pressioni sull'occhio o stropicciarselo

# Primo Soccorso

## FOLGORAZIONE

### COSA FARE

- Interrompere la corrente elettrica staccando l'interruttore generale (indispensabile in caso di **ALTA TENSIONE**)
- In caso di **BASSA TENSIONE** se non fosse possibile interrompere l'alimentazione occorre:
  - *isolarsi verso terra con pedane isolanti, tavola di legno, teli gommati, ecc.*
  - *staccare l'infortunato dalla fonte di corrente servendosi di un mezzo non conduttore (per esempio un bastone di legno, guanti isolanti ecc.)*
  - *Posizionare l'infortunato tenendo presente le eventuali lesioni*
- *Chiamare il **118***
- *Applicare sulle ustioni garze sterili*

### COSA NON FARE

- Non toccare l'infortunato direttamente prima di aver interrotto il contatto elettrico
- Non utilizzare oggetti isolanti bagnati
- Non soccorrere l'infortunato con mani o vestiti bagnati

# Primo Soccorso

## USTIONI

### COSA FARE

- Se i vestiti hanno preso fuoco soffocare le fiamme, utilizzando indumenti, coperte, etc.
- Irrigare a lungo e abbondantemente con acqua le parti ustionate, soprattutto se le ustioni sono d'origine chimica, così da poter rimuovere meccanicamente l'agente caustico
- Applicare sulle ustioni garze sterili
- In caso di ustioni estese mettere il soggetto in **posizione antishock**
- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali
- Chiamare il **118**

### COSA NON FARE

- Non utilizzare estintori per spegnere le fiamme sull'infortunato
- Non strappare gli indumenti bruciati aderenti alla cute
- Non toccare con le mani l'ustione per non infettarla
- Non spalmare oli o pomate
- Non mettere del ghiaccio sulla zona ustionata
- Non tentare di bucare le vesciche o le bolle
- Non applicare cotone sulle ustioni
- Non coprire con garze anche se sterili le ustioni sul viso

# Primo Soccorso

## REAZIONI ALLERGICHE

### COSA FARE

- Chiamare il **118**
- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali
- Se il soggetto è stato punto da un insetto (ape) non tentare di estrarre il pungiglione servendosi di pinzette o punte di ago. Non effettuare tentativi con le dita
- Spesso il soggetto sa di essere allergico e a che cosa, conosce il corteo dei sintomi e la loro evoluzione, ha con se i farmaci salvavita e sa come usarli. **Chiedigli come puoi aiutarlo**

### COSA NON FARE

- Non lasciarlo solo
- Non sottovalutare i primi sintomi anche se lievi in un soggetto allergico

# Primo Soccorso

## INTOSSICAZIONI DA SOSTANZE CHIMICHE CONTAMINAZIONE CUTANEA

### COSA FARE

- Togliere gli eventuali vestiti impregnati
- Lavare a lungo (**15-20 minuti**) con acqua facendola scorrere
- Se la sostanza è oleosa lavare con acqua e sapone
- Se la cute è lesionata coprire con garza sterile
- Chiamare il **centro anti-veleni** e seguire le indicazioni fornite
- Riferire ai sanitari e consegnare l'imballaggio con l'etichetta della sostanza o la scheda di sicurezza

### COSA NON FARE

- Non esercitare una forte pressione sulla cute

# Primo Soccorso

## INTOSSICAZIONI DA SOSTANZE CHIMICHE INALAZIONE DI GAS O VAPORI

### COSA FARE

- Togliere la vittima dall'ambiente dove si è verificato l'evento e portarla all'aperto, arieggiare l'ambiente
- Togliere gli indumenti se sono impregnati di vapori
- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali
- Chiamare il **centro anti-veleni** e seguire le indicazioni fornite
- Riferire ai sanitari e consegnare l'imballaggio con l'etichetta della sostanza o la scheda di sicurezza

### COSA NON FARE

- Trattenersi nell'ambiente inquinato

# Primo Soccorso

## INTOSSICAZIONI DA SOSTANZE CHIMICHE INTOSSICAZIONE ACUTA PER INGESTIONE

### COSA FARE

- Controllo ed eventuale supporto delle funzioni vitali
- Chiamare il **centro anti-veleni** e seguire le indicazioni fornite
- Riferire ai sanitari e consegnare l'imballaggio con l'etichetta della sostanza o la scheda di sicurezza e i residui della sostanza ingerita

### COSA NON FARE

- Non dare latte o acqua
- Non provocare il vomito