## ISTRUZIONI PER il PRIMO SOCCORSO

**da** ASL città di Milano -

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| IN CASO DI .. | COSA FARE | COSA NON FARE |
| FERITE  SUPERFICIALI O  ESCORIAZIONI | Indossare i guanti monouso  Lavare la ferita con acqua  Disinfettare con soluzione antisettica e un tampone di garza  Applicare sulla ferita garza sterile o cerotto  Valutare la copertura vaccinale  Antitetanica | Non usare sulla ferita polveri, pomate, medicinali o cotone emostatico |
| EPISTASSI  (sangue dal naso) | Indossare guanti monouso  Far soffiare il naso delicatamente sotto l’acqua  Far tenere la posizione seduta con la testa leggermente inclinata in avanti  Far sdraiare il soggetto su un fianco se pallido, se suda, se sviene  Comprimere fra indice e pollice la radice del naso per circa 5 minuti (se il sanguinamento non cessa inviare in Pronto Soccorso) | Non reclinare la testa all’indietro  Non usare cotone emostatico |
| CONTUSIONI | Applicare sulla zona lesa impacchi freddi o la borsa del ghiaccio (non a diretto contatto con la pelle, ma interponendo uno strato di garza o stoffa)  Valutare la dinamica del trauma e la violenza dell’urto: al minimo dubbio chiamare il 118 | Non sottovalutare traumi violenti all’addome |
| TRAUMA  CRANICO | Trattare la parte superficiale come una ferita o una contusione a seconda della manifestazione  Osservare sintomi quali: perdita di coscienza/vomito/mal di testa/singhiozzo/sonnolenza;  in tali casi chiamare il 118 e descrivere la  dinamica del trauma  Ricordare che i sintomi descritti rappresentano un segnale di attenzione/allarme anche nelle due  giornate successive al trauma | Non muovere assolutamente l’infortunato se il trauma coinvolge il collo e/o la colonna vertebrale  Non sollevare la testa  Non somministrare bevande |
| TRAUMI  ARTICOLARI  (muscoli, articolazioni,  ossa, legamenti ) | Valutare la dinamica del trauma  Applicare impacchi freddi  Immobilizzare  Se frattura aperta, coprire con garza Valutare la dinamica del trauma e la violenza dell’urto: al minimo dubbio chiamare il 118. | Non muovere assolutamente l’infortunato se è coinvolta la colonna vertebrale o se si evidenziano segni di un trauma importante (intenso dolore, gonfiore o forma strana, difficoltà a muoversi) |
| PERDITA  TRAUMATICA DI DENTI | Recuperare il dente prendendolo dalla corona e metterlo in una stoffa bagnata  (fazzoletto)  Recarsi al più presto dal dentista con il  dente recuperato | Non buttare il dente  Non lavare il dente  Non toccargli la radice |
| CORPI  ESTRANEI  NEGLI OCCHI | Lavare abbondantemente gli occhi con acqua corrente, senza sfregare  Se il corpo estraneo permane, occludere l’occhio con garza o un fazzoletto e recarsi al pronto soccorso oculistico | Non sfregare l’occhio  Non usare gocce o pomate |
| PERDITA  DI  COSCIENZA  (svenimento) | Mettere il soggetto in posizione orizzontale e sollevare le gambe Allentare abbigliamento stretto Se il soggetto non si riprende entro qualche minuto chiamare il 118  Fare rialzare lentamente | Non somministrare liquidi a persone non perfettamente sveglie  Non tenere il soggetto seduto o in piedi  Non somministrare bevande  alcoliche |
| CONVULSIONI  (crisi epilettica: Il viso del soggetto è contratto, gli arti e  l’intero corpo si  muovono convulsamente con notevole forza, è  possibile la comparsa di schiuma alla bocca, il morso della lingua o la perdita involontaria di feci ed urina) | Indossare guanti monouso  Non cercare di impedire la crisi Accompagnare il soggetto a terra liberando l’ambiente intorno perché non si ferisca  Mettere qualcosa di morbido sotto la testa (un indumento, un cuscino basso)  Metterlo su un fianco  Se possibile, mettere qualcosa fra i denti che non si spezzi per evitare la morsicatura della lingua (es. un pennarello o un fazzoletto ripiegato) Attendere la conclusione della crisi e  lasciare poi riposare il soggetto | Non perdere la calma  Non tenere fermo il soggetto Non infilare a forza qualcosa fra i denti  Non lasciare solo il soggetto |
| SOFFOCAMENTO  DA CORPO  ESTRANEO | AGIRE TEMPESTIVAMENTE   * se il soggetto è ancora cosciente e capace di respirare anche se con fatica, incoraggiarlo a tossire e respirare * in caso di mancata espulsione, mettersi dietro la persona e circondarla con le braccia, mettere una mano a pugno e l’altra appoggiata sopra, all’altezza dello stomaco e comprimere con forza verso l’alto, fino a quando non tossisce (se necessario, ripetere l’operazione per 4-5 volte).   Se la situazione non migliora, chiamare il 118 | Non farsi prendere dal panico |
| CRISI D’ASMA  (Difficoltà di respirazione, con un prolungamento della  fase espiratoria, accompagnata  talvolta da un sibilo o fischio.  Colorito bluastro delle labbra; il soggetto appare  angosciato, ansioso) | Rassicurare la persona, è infatti molto importante che riesca a rimanere calma altrimenti l’ansia peggiora la situazione respiratoria.  Farla sedere con la testa e il torace piegati leggermente in avanti Controllate la frequenza del respiro  Per crisi importanti chiamare il 118 | Non perdere la calma |