## 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   |