

Appoggiate la base del palmo sul punto A dello sterno, tenendo sollevate le dita dalle coste. Coprite una mano con l'altra, intrecciando eventualmente le dita. Tenete le braccia tese e chinatevi in avanti in modo che le braccia rimangano verticali. Lo sterno si dovrà infossare per circa quattro cm. Se siete da soli alternare due insufflazioni a 15 compressioni. Se siete almeno in due alternare cinque compressioni ad una insufflazione.



Controllare ogni minuto circa se c'è polso. Qualora si presentasse, bisogna immediatamente interrompere il massaggio.

- Se il paziente si riprende, prestargli le cure che rispondono alle sue condizioni; rimanere comunque sempre allerta in quanto la situazione potrebbe precipitare.
- Se il cuore dell'infortunato ricomincia a battere, ma non respira ancora, interrompere il massaggio, ma continuare con la respirazione artificiale.
- Se il paziente non si riprende continuare con il massaggio cardiaco, fino all'arrivo dei soccorsi.

Ricapitolando

1. Accertarsi delle condizioni dell'infortunato, valutandone le cause d'infortunio e lo stato di incoscienza.
2. Accertarsi che il soggetto respiri autonomamente nel caso in cui sia incosciente.
3. Applicare in sequenza i punti 3, 4, 5 sopra citati. Ricordarsi di non saltare nessun passaggio e di applicarli in ordine; per questo può essere utile ricordarseli come A B C.
4. Se il paziente si riprende, continuare ad assisterlo con molta attenzione.

Gli scopi del primo soccorso ad un infortunato sono:

1. Salvargli la vita.
2. Evitare il peggioramento delle sue condizioni.
3. Aiutare la sua ripresa e favorirne il ricovero ospedaliero.

Per questo il ruolo del soccorritore è molto importante.

Nell'occuparsi di un infortunato, la sua responsabilità comprende:

- Valutare la situazione.
- Identificare il danno subito dall'infortunato.
- Prestare un immediato ed adeguato soccorso.
- Avvertire il soccorso qualificato. Ricordati che il primo soccorso è la prima assistenza ad un infortunato, in attesa dell'arrivo di un soccorso qualificato.

PROCEDURA

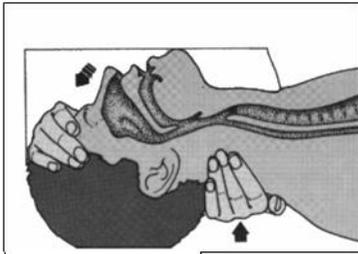
Trovandosi di fronte ad un soggetto infortunato la prima cosa da fare è rendersi conto della situazione. Informarsi se possibile su com'è avvenuto l'incidente (probabile trauma cranico, fratture alla colonna vertebrale, folgorazione ecc.). Quindi avvertire i soccorsi, prestando attenzione a specificare il numero delle persone coinvolte ed il tipo d'infortunio.

Da questo momento in poi incomincia il soccorso all'infortunato.

PUNTO 1: Capire se l'infortunato è cosciente oppure no.

- Se l'infortunato è cosciente prestargli le cure che rispondono alle sue condizioni; rimanere comunque sempre allerta in quanto la situazione potrebbe precipitare.
- Se l'infortunato non risponde passare al punto due.

PUNTO 2: Controllare se il soggetto respira. Basterà effettuare la iperestensione del collo del paziente ed avvicinare un orecchio alla sua bocca così da poter percepire se ne esce aria. Nello stesso tempo osservare il torace dell'infortunato e vedere se si alza e si abbassa.



Iperestensione del collo

- Se il paziente respira, procedere prestandogli le cure che rispondono alle sue condizioni; rimanere comunque sempre allerta in quanto la situazione potrebbe precipitare.

- Se il paziente non respira passare al punto tre.

PUNTO 3 : Liberazione delle vie aeree superiori. Questo punto è normalmente definito punto A della rianimazione dalla parola inglese **Air way**, che significa appunto vie aeree. Cercate di individuare se è presente un corpo estraneo nella faringe del soggetto ed eventualmente cercate di toglierlo. Talvolta anche sangue o vomito possono impedire la respirazione, in questo caso basterà inclinare il capo da un lato per facilitarne l'espulsione.

Rimosso il corpo estraneo, o valutata l'impossibilità di rimuoverlo, controllare ancora se il soggetto respira.

- Se respira prestare all'infortunato le cure che rispondono alle sue condizioni; rimanere comunque sempre allerta in quanto la situazione potrebbe precipitare.
- Se non respira passare al punto quattro.

PUNTO 4 : Respirazione artificiale. Questo punto è normalmente definito punto B della rianimazione dalla parola inglese **Breathing**, che significa per l'appunto respirazione.

Il metodo più efficace per immettere aria nei polmoni dell'infortunato è quello della respirazione bocca a bocca.



Dopo aver iperesteso il collo del soggetto, tappategli le narici con una vostra mano e applicate le vostre labbra a ventosa intorno la sua bocca. Quindi soffiare con decisione. Dopo ogni insufflazione ponete il vostro orecchio sulla bocca del soggetto, se ne fuoriesce aria e il torace si abbassa, la respirazione ha avuto successo. Praticare almeno tre insufflazioni e controllare se il soggetto respira autonomamente.

- Se il paziente riprende a respirare, prestargli le cure che rispondono alle sue condizioni; rimanere comunque sempre allerta in quanto la situazione potrebbe precipitare.
- Se non ci sono segni di ripresa passare al punto cinque.

PUNTO 5: Assistenza cardio circolatoria. Questo punto è normalmente definito punto C della rianimazione dalla parola inglese **Circulation**, che significa circolazione sanguigna.

Controllare con cura se esiste ancora attività cardiaca, prendendo il polso a livello del collo (Polso Carotideo). Solo nel caso in cui non esista nessun segno di pulsazione si può intervenire sul cuore. Individuare quindi il punto esatto su cui effettuare il massaggio cardiaco. Esso si trova sullo sterno circa quattro centimetri al di sopra dell'appendice xifoidea, ovvero la punta dello sterno stesso.

Come primo intervento effettuare un forte colpo con la mano sul punto A. Questo intervento detto Colpo Pericardico, ha la stessa funzione del defibrillatore. Quindi controllare se c'è polso. In caso contrario effettuare il massaggio cardiaco. Il ferito deve essere steso su di un piano duro, quindi inginocchiatevi all'altezza del cuore.

