



REGIONE CALABRIA

RUDIMENTI PER IL PRIMO SOCCORSO

Il primo soccorso è inteso come l'aiuto che si presta alle vittime di un incidente o di un malore, in attesa che intervengano le persone più qualificate (medico, infermiere, volontario della croce rossa, ecc.).

Il primo soccorritore deve ricordarsi sempre e comunque che non può e non deve sostituirsi a tali figure professionali.

La presente guida pratica ha scopo esclusivamente informativo, contiene in sintesi nozioni elementari di primo soccorso che hanno l'obiettivo di fornire informazioni ed indicazioni circa il comportamento da tenere in caso di imprevedibili infortuni sul lavoro.



COME COMPORTARSI IN CASO DI INFORTUNIO

1. **Chiamare o far chiamare i soccorsi**
2. **Mantenere la calma**
3. **Allontanare i curiosi**
4. **Attendere se possibile i soccorsi specializzati e solo in caso di assoluta necessità portare i primi soccorsi, adottando le necessarie precauzioni : INDOSSARE GUANTI E MASCHERINE, EVITARE DI ASSUMERE PER PRESTARE SOCCORSO COMPORTAMENTI CHE POSSONO COMPORTARE RISCHI PER LA PROPRIA INCOLUMITA'**
5. **Esaminare l'infortunato PER CONTROLLARE CHE RESPIRA E CHE LA CIRCOLAZIONE E' IN FUNZIONE verificando:**
 - 5.1. **la respirazione**
 - 5.2. **il cuore**
 - 5.3. **le emorragie esterne**
 - 5.4. **le ferite**
 - 5.5. **le fratture**
 - 5.6. **lo stato di incoscienza**
6. **NON spostare, oppure caricare e accompagnare il lavoratore infortunato o ferito se non si è sicuri del danno o delle ferite che lo riguardano**
7. **NON somministrare cibo e bevande e tanto meno alcolici**
8. **NON cercare ASSOLUTAMENTE di ricomporre fratture**
9. **E' ASSOLUTAMENTE vietato tentare di togliere oggetti estranei dal corpo della vittima**
10. **NON toccare le ustioni e tanto meno rompere eventuali vesciche**
11. **E' ASSOLUTAMENTE vietato piegare e muovere la testa in caso di frattura (anche sospetta) della colonna vertebrale**



CHIAMARE I SOCCORSI

Per chiamare i soccorsi i numeri telefonici da ricordare sono:

112 CARABINIERI

113 PRONTO INTERVENTO

115 VIGILI DEL FUOCO

118 EMERGENZA SANITARIA

197 CHIAMATE URGENTI



197 chiedere l'intervento del Centro di emergenza sanitaria numero telefonico 118 oppure, in caso di indisponibilità del servizio 118, quello del centro di emergenza sanitaria locale comunicando la posizione e le possibilità di raggiungere il luogo

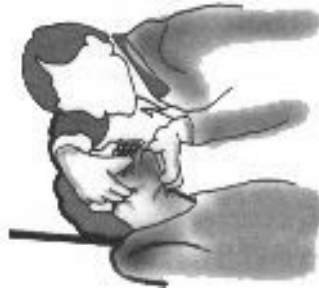
- ☐ **le condizioni dell'infortunato / malato**
- ☐ **l'entità dell'evento**
- ☐ **il proprio nominativo**

I PRIMI CONTROLLI E I PRIMI AIUTI

LA RESPIRAZIONE

PER CAPIRE SE RESPIRA ANCORA

- ❑ avvicinare 1'orecchio alla bocca dell'infortunato per sentire il rumore dell'aria



- ❑ verificare il movimento del torace appoggiando delicatamente una mano

COSA FARE

- ❑ chiamare i soccorsi mandando, se possibile, un'altra persona
- ❑ adagiare 1'infortunato con molta delicatezza
- ❑ verificare che non ci siano corpi estranei in bocca (se ci sono vanno asportati con le dita)
- ❑ contare quanto tempo è passato dall'assenza della respirazione (per riferirlo al personale addetto al pronto soccorso).

COSA NON FARE

Non spostare - caricare - accompagnare 1'infortunato senza aver capito cosa e successo

Non somministrare bevande e tanto meno alcolici

IL CUORE

COME CAPIRE SE BATTE ANCORA

- ❑ **appoggiare due dita in corrispondenza delle arterie carotidi localizzate nel collo di fianco al "pomo di Adamo"**



COSA FARE

- ❑ **chiamare i soccorsi mandando, se possibile, un'altra persona**
- ❑ **adagiare l'infortunato con molta delicatezza**
- ❑ **verificare che non ci siano corpi estranei in bocca (se ci sono vanno asportati con le dita)**
- ❑ **contare quanto tempo è passato dall'assenza del battito cardiaco (per riferirlo al personale addetto al pronto soccorso).**

COSA NON FARE

Non spostare - caricare - accompagnare l'infortunato senza aver capito cosa è successo

Non somministrare alcolici e/o bevande e/o alimenti

LE EMORRAGIE ESTERNE

COME CAPIRE SE CI SONO PERDITE DI SANGUE

- ☐ verificare se esce sangue da una ferita e da dove

COSA FARE

- ☐ chiamare i soccorsi mandando, se possibile, un'altra persona
- ☐ fare pressione sulla ferita anche con 1'applicazione di una benda o di un fazzoletto finché cessa 1'uscita di sangue e mantenerla.

COSA NON FARE

Non spostare - caricare - accompagnare 1'infortunato senza aver capito cosa è successo

Non somministrare bevande e tanto meno alcolici

Non togliere oggetti estranei dal corpo della vittima

Non la compressione sulla ferita

LE FERITE

COME CAPIRE SE CI SONO LESIONI

- ☐ controllare se ci sono lividi (in questo caso abbiamo ferite chiuse)
- ☐ verificare se ci sono rotture sulla pelle (in questo caso ferite aperte) ovvero ferite da taglio e/o da punta, abrasioni e lacerazioni.

COSA FARE

- ☐ chiamare i soccorsi mandando, se possibile, un'altra persona
- ☐ coprire la ferita utilizzando garze sterili e bende per controllare la fuoriuscita di sangue e prevenire eventuali infezioni.

COSA NON FARE

Non spostare - caricare - accompagnare 1'infortunato senza aver capito cosa è successo

Non somministrare alcolici e/o bevande

Non togliere oggetti estranei dal corpo della vittima

LE FRATTURE

COME CAPIRE SE IL MOVIMENTO E' DIFFICILE O IMPOSSIBILE

- ☐ Valutare l'intensità del dolore (molto intenso nel caso di frattura)
- ☐ Verificare se l'infortunato ha difficoltà o è impossibilitato a muovere la parte lesionata

COSA FARE

- ☐ chiamare i soccorsi mandando, se possibile, un'altra persona
- ☐ aspettare i soccorsi qualificati.

COSA NON FARE

Non spostare - caricare - accompagnare l'infortunato senza aver capito cosa è successo

Non somministrare bevande e tanto meno alcolici

Non ricomporre fratture

Non togliere oggetti estranei dal corpo della vittima

Non piegare né muovere la parte lesionata

LO STATO DI INCOSCENZA

COME CAPIRLO

- ☐ porre qualche domanda e verificare se la vittima è in grado di rispondere
- ☐ verificare se la pelle è fredda, pallida e sudaticcia e se la respirazione è rapida oltre al polso frequente e difficile da sentire

COSA FARE

- ☐ chiamare i soccorsi mandando, se possibile, un'altra persona
- ☐ confortare la persona
- ☐ mettere in posizione comoda la vittima (sdraiata con i piedi sollevati 20 centimetri da terra)

COSA NON FARE

Non mettere a repentaglio la propria vita

Non spostare - caricare - accompagnare l'infortunato senza aver capito cosa è successo

Non somministrare bevande e tanto meno alcolici

ALTRE EMERGENZE

LE INTOSSICAZIONI

In tutti i casi di sospetta intossicazione occorre sostare il meno possibile nell'ambiente.

INTOSSICAZIONI DA FUMO (in caso di incendio)

Durante un incendio il maggior pericolo non sono le fiamme ma il fumo. Lasciare intervenire la squadra antincendio. Se non si può fare altrimenti attenersi alle seguenti precise norme comportamentali.

COSA FARE

- ☐ **prima di entrare in un locale invaso dal fumo legarsi una corda (attorno alla vita) che dovrà essere sorvegliata da un'altra persona all'esterno;**
- ☐ **munirsi di una torcia da utilizzare prima di entrare nel locale;**
- ☐ **procedere carponi;**
- ☐ **portare 1' infortunato all'esterno;**
- ☐ **iniziare i primi controlli per come indicato in precedenza.**

COSA NON FARE

Non somministrare bevande

Non somministrare cibo

INTOSSICAZIONI DA MONOSSIDO DI CARBONIO

Sono conseguenza di cattivo funzionamento di impianti di riscaldamento, stufe, ecc.,

ATTENZIONE

il monossido di carbonio è INODORE - INCOLORE – INSAPORE QUINDI NON SI SENTE

COSA FARE

- ☐ **entrare nei locali e aprire tutte le finestre;**
- ☐ **portare la vittima all'esterno;**
- ☐ **iniziare i primi controlli per come indicato in precedenza.**

COSA NON FARE

Non somministrare bevande

Non somministrare cibo

INTOSSICAZIONI DA ANIDRIDE CARBONICA

Questo tipo di gas generalmente si forma nei tombini e nei pozzi di fermentazione.

COSA FARE

- ☐ **Ventilare 1' ambiente**
- ☐ **prima di entrare nel locale legarsi una corda (attorno alla vita) che dovrà essere sorvegliata da un'altra persona all'esterno;**
- ☐ **cercare di portare la vittima all'esterno;**
- ☐ **iniziare i primi controlli per come evidenziato in precedenza.**

COSA NON FARE

Non somministrare bevande

Non somministrare cibo

LE USTIONI

USTIONI DI PRIMO GRADO

sono le scottature meno pericolose e interessano lo strato superficiale della pelle che si arrossa senza formare vesciche;

COSA FARE

Se l'ustione è limitata usare una pomata specifica o in mancanza porre la zona ustionata sotto acqua corrente fredda;

USTIONI DI SECONDO GRADO

Colpiscono la pelle più profondamente: la parte ustionata si arrossa, la pelle si gonfia e si formano le vesciche;

COSA FARE

In questo caso non rompere le vesciche, non usare il ghiaccio, coprire con garza sterile e richiedere subito il pronto soccorso ospedaliero;

USTIONI DI TERZO GRADO:

Queste ustioni distruggono tutto lo spessore della pelle e possono ledere i tessuti muscolari e le ossa

COSA FARE

In questo caso coprire le zone bruciate con un tessuto o garze sterili, non usare ghiaccio ed evitare di staccare lembi di indumenti attaccati alla zona ustionata e richiedere immediatamente il pronto soccorso ospedaliero.

COSA NON FARE

Non toccare le ustioni o rompere eventuali vesciche

Non improvvisarsi medici o infermieri

LESIONI DA CORRENTE ELETTRICA

Sono infortuni che possono portare a blocco respiratorio e/o blocco cardiaco (fibrillazione ventricolare) con esiti a volte mortali.

COSA FARE

Interrompere la corrente e/o togliere la tensione agli impianti prima di compiere qualsiasi azione;

far portare sempre il folgorato in ospedale anche se sta bene ed il danno è stato minimo.

COSA NON FARE

Non avvicinarsi alla vittima se è ancora a contatto con la fonte dell'elettricità e fino a quando non si è sicuri che la corrente sia stata staccata

Non toccare eventuali ustioni

Non mettere a repentaglio la propria vita

Non improvvisarsi medici o infermieri



PUNTURE DI INSETTI E MORSI DI ANIMALI

LE PUNTURE DI INSETTI

Le più comuni punture di insetti sono quelle prodotte da api, zanzare, calabroni, ecc. e possono causare arrossamenti cutanei locali con gonfiori e prurito.

COSA FARE

Occorre disinfettare le parti colpite e se vi sono più lesioni occorre inviare l'infortunato al pronto soccorso.

I MORSI DI ANIMALI

Il morso di un animale a volte può causare gravi infezioni.

Vediamo i principali:

il morso del cane - il morso del topo - il morso di vipera.

COSA FARE

Disinfettare la parte colpita e nel terzo caso occorre somministrare il siero antivipera e immobilizzare l'arto colpito legandolo con un laccio sopra la lesione;

dopo la prima medicazione è opportuno accompagnare subito la vittima al pronto soccorso tenendo sempre presente cosa non fare.

COSA NON FARE IN QUESTI CASI

Non improvvisarsi medici o infermieri

GLI AVVELENAMENTI

Nascono dall'introduzione nel nostro corpo di sostanze tossiche ingerite, inalate o assorbite.

Vediamo le principali:

sostanze tossiche ingerite:

medicinali, cibi alterati, pesticidi, ecc.

sostanze tossiche inalate:

gas, vapori, ammoniaca, cloro, monossido di carbonio, solventi, ecc.

sostanze tossiche assorbite:

solventi, ecc.

COSA FARE

In tutti questi casi è sempre opportuno contattare il 118 (emergenza sanitaria).

COSA NON FARE

Non dare assolutamente da bere nè da mangiare all'infortunato

GLI ECCESSI CLIMATICI COLPI DI CALORE E COLPI DI SOLE

Si manifestano a seguito di un eccessivo affaticamento in giornate molto calde o ad una esposizione prolungata al sole.

I sintomi principali sono rappresentati da:

Per i colpi di caldo:

- temperatura corporea molto alta, pelle molto calda e secca, mal di testa, vertigini

Per i colpi di sole:

- pallore, nausea e sudorazione

COSA FARE

Occorre portare subito l'infortunato in un ambiente fresco e poi trasportarlo in ospedale tenendo sempre presente cosa non fare.

L'ASSIDERAMENTO E IL CONGELAMENTO

Si manifestano a seguito di un raffreddamento del corpo o di alcune delle sue parti.

I sintomi principali sono rappresentati da brividi, sonnolenza e difficoltà a coordinare i movimenti. Nel caso di congelamento abbiamo i tessuti congelati e il colorito della pelle che va dal bianco al grigio blu.

COSA FARE

In questi casi occorre portare la vittima in luogo caldo evitando il riscaldamento troppo veloce e appena possibile sostituendo gli indumenti tenendo sempre presente cosa non fare.

L'ESPOSIZIONE AD AGENTI BIOLOGICI

Sono considerati potenzialmente dannosi per l'uomo:

i batteri, i funghi e i virus.

Il rischio si verifica solitamente per contatto diretto.

In particolare a causa della diffusione in questi ultimi anni dell'epatite B e C e dell'AIDS non dobbiamo dimenticare di prevenire detti contagi la cui trasmissione avviene tramite rapporti sessuali o per penetrazione di sangue infetto nell'organismo anche attraverso ferite con oggetti contaminati.

COSA FARE IN CASO DI INFORTUNIO:

QUANDO ESISTE LA POSSIBILITÀ DI CONTATTO CON LIQUIDI ORGANICI (SANGUE, SALIVA, ECC.):

- utilizzare assolutamente i guanti e le mascherine;
- maneggiare con estrema cautela tutti gli oggetti già utilizzati da altre persone e che possono causare ferite.

COSA NON FARE

Non improvvisarsi medici o infermieri