

RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE DI BASE - RCP



COME GUARDO SE RESPIRA ?

Prima estendo il capo, sollevo il collo e sostengo delicatamente il mento.



Poi avvicino la guancia alla bocca della persona e contemporaneamente osservo se muove il torace (per 10 secondi).

Se non respira, mando qualcuno a chiedere aiuto ed **inizio subito** a comprimere il torace.
Se sono solo, lascio la persona il più breve tempo possibile per chiedere aiuto e **solo dopo inizio** a comprimere il torace.

Se non l'ho già fatto chiedo aiuto telefonando al **NUMERO DI EMERGENZA SANITARIA**



MASSAGGIO CARDIACO ESTERNO (Come comprimio il torace)

Adagio la persona su una superficie rigida, con le braccia lungo il corpo.

Localizzo il **centro** del petto, appoggio il palmo della mano e sopra di esso il palmo dell'altra. Intreccio le dita di entrambe le mani.
Con le braccia tese in verticale sul torace del paziente e con il peso del mio corpo **comprimo** il torace della persona ad una frequenza di 100 volte al minuto facendo forza al centro del torace.

Non devo comprimere su coste e addome.

Per evitare la fatica **mi alterno**, se è possibile, con un'altra persona ogni due minuti.



POSIZIONE LATERALE DI SICUREZZA

- 1 Mi accerto che la persona non abbia subito un trauma o un incidente.
- 2 Estendo lungo il corpo della persona l'arto superiore che si trova dal mio lato.
- 3 Piego il gomito dell'arto superiore opposto in modo tale che avambraccio e mano risultino appoggiati sul torace della persona.
- 4 Afferro contemporaneamente la spalla e il bacino dal lato opposto al mio e ruoto l'infortunato verso di me.



EMORRAGIA ESTERNA

- 1 Evito il contatto diretto con il sangue.
- 2 Non uso lacci.
- 3 Comprimo la ferita con un telo pulito.

OSTRUZIONE DELLE VIE AEREE

SOFFOCAMENTO DA CORPO ESTRANEO

Se la persona riesce a tossire: **incoraggiata affinché continui a farlo.**

Se non tossisce e non emette rumori respiratori:

fai inclinare la persona in avanti, sostienilo con una mano sul petto e batti con l'altra sulla sua schiena tra le scapole, dandogli **fino a 5 colpi**.

Se non si riprende:

abbracciala da dietro circondando il suo addome con entrambe le braccia, afferra le tue mani appoggiandole a pugno poco sopra il suo ombelico e comprimi con forza, verso l'alto, **fino a 5 volte**.



Se la persona perde coscienza: **apri le vie aeree** **inizia subito la RCP**.

In alcuni casi, in attesa dell'arrivo dell'ambulanza, si può fare qualcosa:

ascolta le nostre istruzioni al telefono.

ICTUS

Questa malattia è causata dal mancato arrivo di sangue in una zona del cervello, evento molto simile a quello che si verifica nel cuore durante l'infarto del miocardio.

Se la persona che abbiamo accanto, improvvisamente **presenta almeno uno dei seguenti segni**:

- Ha la bocca storta
- Fa fatica a parlare
- Non riesce a capire quello che gli si dice
- Non muove più un braccio o una gamba
- Non ha più sensibilità a un braccio e/o ad una gamba
- Non riesce ad afferrare le cose perché non coordina più i movimenti
- Non riesce a camminare perché gli manca l'equilibrio
- Non vede bene gli oggetti
- Si lamenta di un mal di testa molto forte, mai provato prima.

Chiama subito



LA CARDIOPATIA ISCHEMICA

La sua incidenza aumenta con l'età e con alcune malattie come l'ipertensione arteriosa, il diabete, gli alti livelli di colesterolo. Anche il fumo, l'obesità e la vita sedentaria incrementano molto l'insorgere della malattia.

L'infarto acuto del miocardio è una delle espressioni della cardiopatia ischemica.

L'infarto è una delle più frequenti cause di morte improvvisa.



Come diminuire i rischi

È necessario adottare uno stile di vita salubre:

- Non fumare
- Evitare la vita sedentaria e il sovrappeso
- Controllare periodicamente il livello del colesterolo.
- Se si soffre di ipertensione arteriosa o diabete, seguire strettamente i consigli del medico curante.

COME SALVARE UNA VITA

Il sintomo più comune dell'infarto è un dolore al centro del petto che può essere descritto come oppressione o costrizione. Il dolore può estendersi dal collo all'ombelico, può essere irradiato alle spalle, all'arto superiore sinistro e può essere accompagnato o no da sudorazione, sensazione di nausea e vomito.

SE IL DOLORE AL PETTO DURA PIÙ DI 5 MINUTI:

Chiama subito



La comparsa di un dolore toracico prolungato, associato o meno a sudorazione fredda e profusa, con debolezza ed affanno deve portare immediatamente l'individuo a contattare il 118

GUARDIA MEDICA

La Guardia Medica/Continuità Assistenziale è il servizio che sostituisce il Medico di Famiglia di notte e nei giorni festivi/prefestivi. Per la provincia di Savona il numero da chiamare è: **800 55 66 88** (dalle ore 20 alle ore 8 nei giorni feriali, H 24 festivi/prefestivi).

NON È UN SERVIZIO DI EMERGENZA.

Quando chiami il **118** SAVONA SOCCORSO

1

Mantieni la calma! TI POSSIAMO AIUTARE solo se ci dai le informazioni che ti chiediamo

2

In alcuni casi, in attesa dell'ambulanza, **SI PUO'** fare qualcosa per aiutare l'infortunato

3

Dal "118" ti possiamo fornire per telefono le istruzioni per eseguire le manovre di soccorso, **ANCHE SE NON LE CONOSCI!**

pubblicata - 11

SAVONA - Febbraio 2008



118 SAVONA SOCCORSO
DIPARTIMENTO DI EMERGENZA E ACCETTAZIONE

LINEE GUIDA ILCOR 2005



con il contributo di

SAVONA SOCCORSO