

Imparo a curare i piccoli malanni e incidenti quotidiani



Ufficio Educazione Fisica UAT VIII

a.s. 2019-2020

Regole generali di comportamento

COSA FARE

- Mantenere la calma
- Allontanare i curiosi
- Indossare i dispositivi individuali di protezione
- Rendere sicuro il luogo dove si opera
- Chiamare l'incaricato di Primo Soccorso o il 118/112
- Saper distinguere tra casi Urgenti e casi Gravi ma non urgenti

COSA NON FARE

- Permettere che si crei confusione intorno all'infortunato
- Evitare azioni inconsulte e dannose
- Correre rischi ed agire senza precauzioni personali (guanti monouso-mascherina-..)
- Muovere o sollevare l'infortunato se si sospettano lesioni gravi
- Somministrare bevande

PUNTURE DI INSETTI

LA PUNTURA DI VESPE,
API,CALABRONI PUO'
PROVOCARE IN INDIVIDUI
SENSIBILI REAZIONI
GENERALIZZATE E INTENSE



PUNTURE DI INSETTI

cosa fare se

- **PUNGIGLIONE** (solo se puntura d'ape)
 - RIMUOVERE IL PUNGIGLIONE (UNGHIA-PINZETTA-COLTELLINO...) SENZA SCHIACCIARE IL SACCO PRESENTE ALLA BASE DELLO STESSO (il sacco contiene veleno e se schiacciato aumenta la dose iniettata)
- **ARROSSAMENTO E PRURITO NELLA ZONA DI PUNTURA**
 - APPLICARE IMPACCHI FREDDI E DISINFETTARE
 - EVENTUALE POMATA LENITIVA
- **REAZIONE LOCALE INTENSA** (gonfiore e arrossamento di 10 cm)
 - APPLICARE IMPACCHI FREDDI E DISINFETTARE
 - CHIAMARE IL MEDICO O IL 118/112



PUNTURE DI INSETTI

cosa fare se

- **ORTICARIA:** prurito, rossore a chiazze, rigonfiamenti simili alla puntura di zanzara
 - **ASMA:** mancanza di respiro, senso di costrizione al torace, tosse, fischi o rumori respiratori
 - **SHOCK ANAFILATTICO O GRAVI ATTACCHIN ASMATICI**
-
- **CHIAMARE IL MEDICO O IL 118/112**



EPISTASSI

FUORIUSCITA DI SANGUE DAL NASO

CAUSE:

- FRAGILITA' CAPILLARI
- TRAUMI
- PRESSIONE ARTESIOSA ELEVATA



COSA FARE:

- FAR SEDERE LA PERSONA CON LA TESTA PIEGATA IN AVANTI
- COMPRIMERE IL NASO TRA POLLICE E INDICE
- PORRE FAZZOLETTI/GARZE D'ACQUA FREDDA O DEL GHIACCIO ALLA RADICE DEL NASO

SE L'EMORRAGIA NON SI ARRESTA CHIAMARE IL MEDICO O IL 118/112

CORPO ESTRANEO NELL'OCCHIO

SI MANIFESTA CON:

- BRUCIORE, ARROSSAMENTO, LACRIMAZIONE
- SENSAZIONE DI CORPO ESTRANEO

COSA FARE:

- NON STROFINARSI L'OCCHIO
- NON TENTARE L'APERTURA DELLE PALPEBRE
- NON TENTARE DI RIMUOVERE L'OGGETTO
- LAVARE L'OCCHIO FACENDO SCORRERE ABBONDANTE ACQUA TIEPIDA O SOLUZIONE FISIOLÓGICA
- RECARSÌ DAL MEDICO O AL PRONTO SOCCORSO



CONTUSIONI

PIU' COMUNEMENTE CHIAMATE «BOTTE» SONO LESIONI PIU' O MENO SUPERFICIALI PROVOCATE DA UN EVENTO TRAUMATICO COME UNA CADUTA

SI MANIFESTANO CON:

- DOLORE, ARROSSAMNETO, GONFIORE

COSA FARE:

- APPLICARE IMPACCHI FREDDI/GHIACCIO
- CONSULTARE IL MEDICO



USTIONI

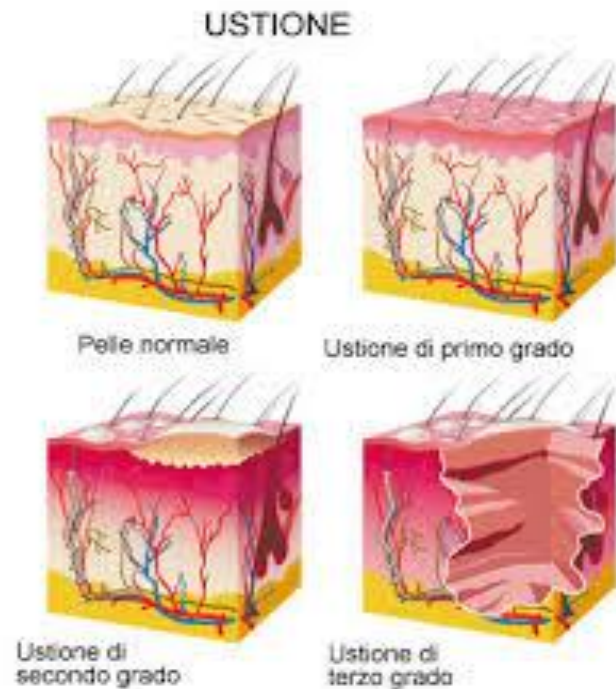
LESIONI DELLA CUTE E DEI TESSUTI SOTTOSTANTI

PROVOCATE DA:

- **CONTATTO DIRETTO** CON FIAMME, O SOSTANZE LIQUIDE, SOLIDE O VAPORI BOLLENTI,
- **ESPOSIZIONE (vicinanza)** A FONTE DI CALORE
- **CORRENTE ELETTRICA**
- **SOSTANZE CHIMICHE**
- **LUCE E RADIAZIONI**



USTIONI



IN BASE ALLA **PROFONDITÀ** SI DISTINGUONO:

- **USTIONE DI 1 GRADO:** lesione dello strato superficiale (epidermide) che si presenta con arrossamento, dolore e lieve gonfiore
- **USTIONE DI 2 GRADO:** lesione anche del derma con arrossamento, vescicole-bolle, dolore, gonfiore
- **USTIONE DI 3 GRADO:** lesione in profondità, morte dei tessuti con: croste scche grigio-nerastre, dolore intenso (o anche assente se per morte delle terminazioni nervose dolorifiche), ci sarà una guarigione con cicatrici, possibili aspetti deturpanti

LA GRAVITÀ DIPENDE DAL TIPO E DALL'ESTENSIONE DELL'USTIONE.

GRAVI SONO LE USTIONI CON ESTENSIONE DEL 20% NEGLI ADULTI, DEL 5% NEI BAMBINI E NEGLI ANZIANI. SI POSSONO AVERE SQUILIBRI IDROELETTRICI, INFEZIONI e SHOCK.

USTIONI

cosa fare

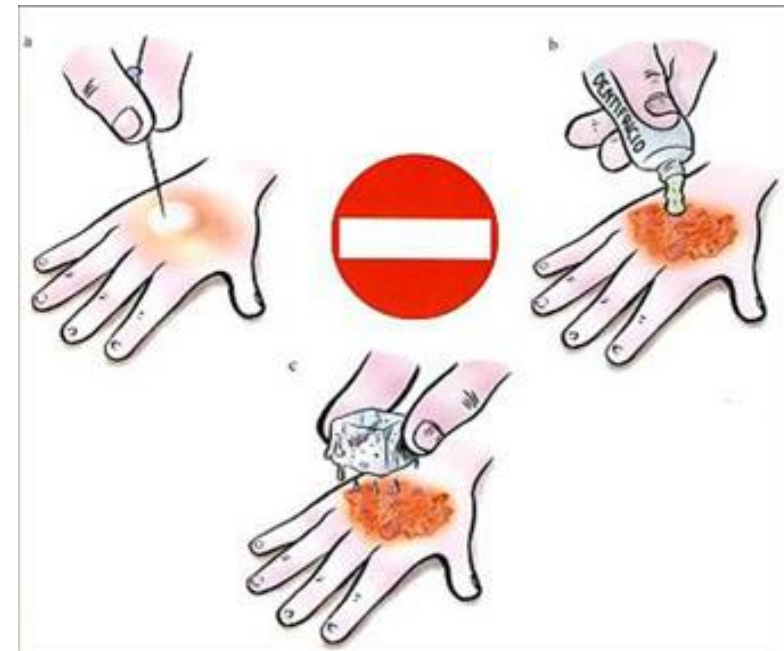
- IN CASO DI USTIONE LIEVE LAVARE SOTTO ACQUA CORRENTE FREDDA
- IN CASO DI LESIONE DELLA CUTE LAVARE CON SOLUZIONE FISIOLÓGICA STERILE
- COPRIRE LA PARTE USTIONATA CON GARZE STERILI
- CONTROLLARE I PARAMETRI VITALI
- POSIZIONE ANTISHOCK (se necessario)
- CHIAMARE IL MEDICO O IL 118/112



USTIONI

cosa NON fare

- RAFFREDDARE CON GHIACCIO
- TOCCARE CON LE MANI LE ZONE USTIONATE
(per non causare INFEZIONE)
- APPLICARE POMATE O UNGUENTI
- RIMUOVERE VESTITI, COLLANT
appiccicati alla zona lesionata
- USARE COTONE IDROFILO
- ROMPERE LE BOLLE



FERITE

LESIONI DELLA CUTE O DEI
TESSUTI MOLLI
PROVOCATE DA UN
AGENTE MECCANICO.

POSSONO ESSERE
**SUPERFICIALI, PROFONDE
O PENETRANTI**, FINO AD
INTERESSARE GLI ORGANI
INTERNI.

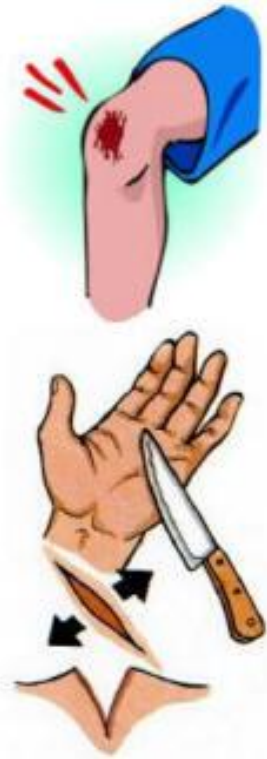
FERITE

IL SINTOMO COMUNE E'
IL DOLORE

IN BASE ALLA **GRAVITA'** E
ALLA **PROFONDITA'** CI
POTRANNO ESSERE I
SINTOMI CORRELATI
ALL'EMORRAGIA FINO
ALLO SHOCK

FERITE

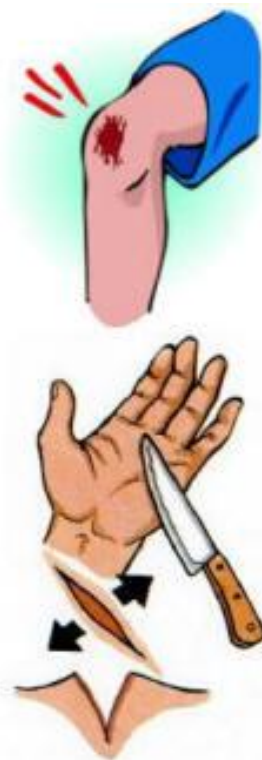
tipologia



- Abrasione
- Ferita da taglio
- Ferita lacera
- Ferita da punta
- Ferita da morso
- Ferita lacero-contusa

ABRASIONI E PICCOLE FERITE

cosa fare



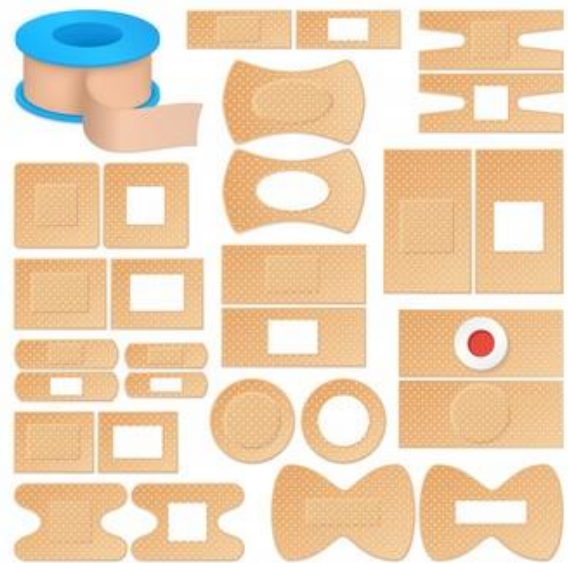
LAVARSI ACCURATAMENTE LE
MANI/INDOSSARE GUANTI MONOUSO E:

- DETERGERE LA FERITA E LA PELLE CIRCOSTANTE CON ACQUA CORRENTE E GARZA STERILE (MAI OVATTA), MEGLIO SE ACQUA OSSIGENATA, INIZIANDO DAL CENTRO
- ASPORTARE PICCOLE SCHEGGE O CORPI RITENUTI
- DISINFETTARE LA FERITA CON PRODOTTI:
 - ad azione Batteriostatica che impediscono ai batteri di replicarsi (Amuchina)
 - ad azione Battericida a base di Iodio che uccidono tutti i batteri (Tintura di Iodio)



ABRASIONI E PICCOLE FERITE cosa fare

- COPRIRE CON CEROTTO STERILE SE LA FERITA È PICCOLA E SUPERFICIALE
- ALTRIMENTI COPRIRE CON GARZA STERILE ED APPLICARE FASCIATURA SEMPLICE O LEGGERMENTE COMPRESSIVA
- NON TOGLIERE IL BENDAGGIO ANCHE SE INZUPPATO DI SANGUE PER NON ALTERARE LA COAGULAZIONE MA EVENTUALMENTE AGGIUNGERE ALTRE BENDE
- CONSULTARE IL PROPRIO MEDICO



FERITE

affidare a cure mediche le

- ☐ FERITE PROFONDE
- ☐ FERITE DA MORSO DI ANIMALE
- ☐ FERITE INFETTE



EMORRAGIE

PERDITA DI SANGUE DAI VASI SANGUIGNI



SI CLASSIFICANO IN:

- **ESTERNA** IL SANGUE ESCE DAL CORPO ATTRAVERSO UNA FERITA
- **INTERNA** IL SANGUE ESCE DAI VASI ATTRAVERSO UNA LESIONE DI QUESTI E SI RIVERSA IN CAVITÀ NATURALI, O IN ORGANI, ES. EMATOMA SPLENICO
- **INTERNA ESTERIORIZZATA** IL SANGUE SI RACCOGLIE IN CAVITÀ NATURALI CHE COMUNICANO CON L'ESTERNO, COME LA BOCCA, IL NASO

EMORRAGIE



SI DISTINGUONO IN:

- **EMORRAGIE ARTERIOSE**

IL SANGUE ESCE ZAMPILLANDO
A GETTI INTERMITTENTIE' ROSSO VIVO
(PERDITA ABBONDANTE)

- **EMORRAGIE VENOSE**

IL SANGUE ESCE CON FLUSSO CONTINUO ED È
ROSSO SCURO (PERDITA MODICA)

- **EMORRAGIE CAPILLARI**

IL SANGUE ESCE LENTAMENTE E SI ARRESTA
FACILMENTE (PERDITA SCARSA)

EMORRAGIE

sintomi



- DOLORE
- SE REAZIONE VASO-VAGALE:
NAUSEA, VERTIGINE, SVENIMENTO
- NEI CASI GRAVI QUADRO DI SHOCK

EMORRAGIE

cosa fare



INDOSSARE SEMPRE I GUANTI MONOUSO

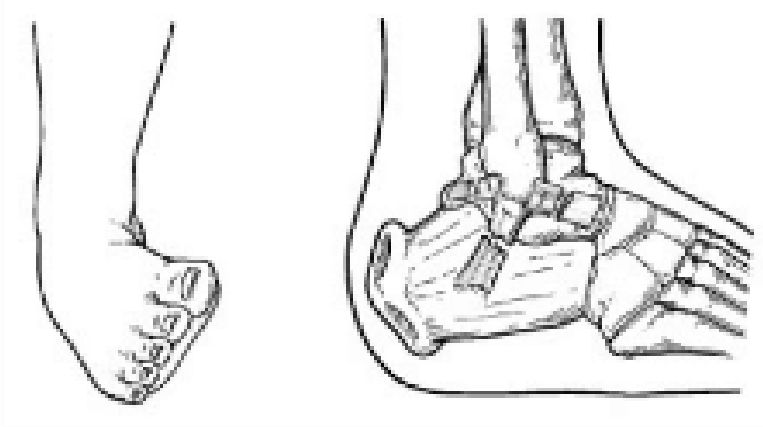
EMORRAGIE CAPILLARI

COMPRESSIONE CON GARZE STERILI E
BENDAGGIO COMPRESSIVO

CHIAMARE L'INCARICATO DI PRIMO
SOCCORSO O CHIAMARE IL 118 /112 PER
LE

EMORRAGIE VENOSE
EMORRAGIE ARTESIOSE

DISTORSIONI

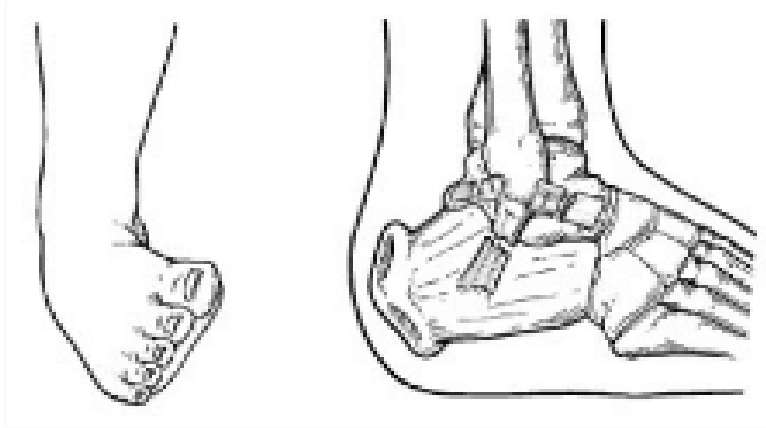


TRAUMA DELLE ARTICOLAZIONI CAUSATO
DA FALSI MOVIMENTI

L'OSSO ESCE DALLA SUA SEDE ARTICOLARE
PER RIENTRARVI SUBITO DOPO.

NEI CASI PIÙ GRAVI SI POSSONO
LACERARE I LEGAMENTI.

DISTORSIONI

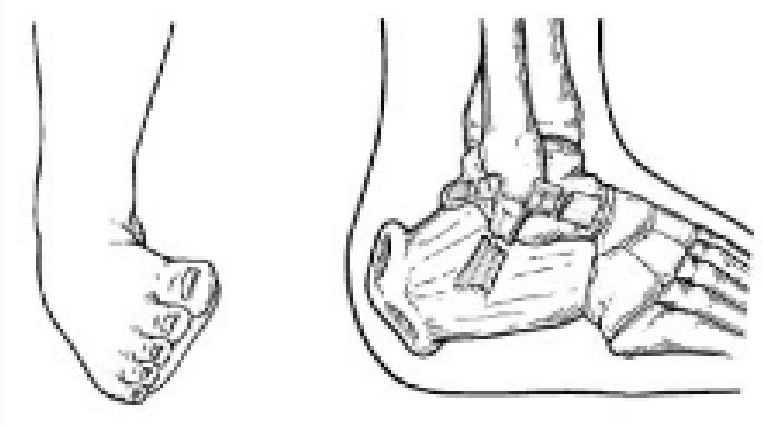


SI DISTINGUONO IN:

- **DISTORSIONI SEMPLICI**
(STORTE)
- **DISTORSIONI GRAVI**
(comportano rottura di legamenti)

DISTORSIONI

Sintomi



- DOLORE
- LIMITAZIONE FUNZIONALE



DISTORSIONI

cosa fare

- APPLICARE FASCIATURA COMPRESSIVA
- APPLICARE BORSA DEL GHIACCIO
- RIPOSO FUNZIONALE CON ARTO SOLLEVATO PER QUALCHE GIORNO
- CONTROLLO MEDICO SE DOLORE PERSISTE



FRATTURE

*INTERRUZIONE PARZIALE O TOTALE DELLA CONTINUITÀ DI UN OSSO
CAUSATE DA UN TRAUMA DIRETTO, INDIRETTO O DA PATOLOGIA*

SI DISTINGUONO IN:

- FRATTURE LINEARI O COMPOSTE
- FRATTURA SCOMPOSTA
- FRATTURA SEMPLICE
- FRATTURA CHIUSA (senza lesione della cute)
- FRATTURA ESPOSTA
(il moncone osseo fuoriesce dalla cute)
- FRATTURE COMPLICATE
(FRATTURE ALLA COLONNA VERTEBRALE,
AL CRANIO, AL TORACE, AL BACINO E AL FEMORE)



FRATTURE

segni e sintomi



k19456933 www.fotosearch.com

- DOLORE VIVO
- EMATOMA E GONFIORE
- DEFORMAZIONE DELLA ZONA CON IRREGOLARITÀ DEL PROFILO OSSEO O ACCORCIAMENTO DELL'ARTO COLPITO
- RIDOTTA O IMPEDITA CAPACITÀ DI MOVIMENTO
- ABNORME INSTABILITÀ O MOTILITÀ DELLA ZONA COLPITA
- TORPORE, FORMICOLIO O RAFFREDDAMENTO DELLE ZONE A VALLE DELLA FRATTURA.

FRATTURE

cosa fare

- VALUTARE L'ENTITÀ DEL DANNO (DEFORMITÀ, SENSIBILITÀ, CIRCOLAZIONE...)
- APPLICARE IMPACCHI FREDDI/GHIACCIO
- CHIAMARE L'INCARICATO DI PRIMO SOCCORSO
- SE L'INFORTUNATO NON È TRASPORTABILE CHIAMARE IL 118
- SE L'INFORTUNATO È TRASPORTABILE BLOCCARE LA PARTE LESA IN POSIZIONE ANTALGICA CON STECCA DI IMMOBILIZZAZIONE.



TRAUMA CRANICO

LESIONI EVIDENTI A CRANIO O FACCIA

Segni e Sintomi

- SONNOLENZA, DISORIENTAMENTO, ALTERAZIONI DELL'UMORE (euforia-aggressività-irritabilità), INCOSCENZA
- AMNESIA
- DOLORE AL CAPO
- SANGUE O LIQUIDO CHIARO CHE FUORISCE DAL NASO, ORECCHIO, BOCCA
- PARALISI, FORMICOLII, VERTIGINI, INSENSIBILITA' DI UNA PARTE DEL CORPO

TRAUMA CRANICO

cosa fare

- AVVERTIRE I SOCCORSI (118/112)
- TRANQUILLIZZARE MA STIMOLARE LA PERSONA PER MANTENERE LO STATO DI COSCIENZA
- NON MUOVERE L'INFORTUNATO
- NON SOMMINISTRARE BEVANDE
- NON PALPARE LA ZONA LESA
- NON FERMARE LE PERDITE DA ORECCHIO O NASO
- FAR DEFLUIRE DALLA BOCCA IL VOMITO
- TAMPONARE EVENTUALI SANGUINAMENTI SENZA BENDAGGI COMPRESSIVI
- MONITORARE I SEGNI VITALI ED ESSERE PRONTI ALLA RCP

TRAUMA TORACICO

segni e sintomi

PUO' COMPROMETTERE IL RESPITO E L'ATTIVITA' CARDIACA

- DOLORE CHE PEGGIORA CON LA RESPIRAZIONE PROFONDA
- FERITA IN SEDE
- MOVIMENTO ASIMMETRICO DEI DUE EMITORACI
- TOSSE CON EMISSIONE DI SANGUE ROSSO VIVO E SCHIUMOSO
- DISPNEA
- CIANOSI
- SHOCK, ARRESTO CARDIO-RESPIRATORIO



TRAUMA TORACICO

cosa fare

- AVVERTIRE I SOCCORSI (118/112)
- INDOSSARE I GUANTI
- POSIZIONARE IL PAZIENTE IN POSIZIONE SEMISEDUTA
- NON SOMMINISTRARE BEVANDE
- ALZARE/TAGLIARE INDUMENTI SE CI SONO FERITE
- MONITORARE I PARAMETRI VITALI ED ESSERE PRONTI ALLA RPC






TRAUMA ADDOMINALE

L'ADDOME NON È PROTETTO DA STRUTTURE OSSEE, PER QUESTO GLI ORGANI IN ESSO CONTENUTI A CAUSA DI TRAUMI IMPORTANTI, POSSONO VENIRE FACILMENTE DANNEGGIATI.

I TRAUMI ADDOMINALI POSSONO ESSERE CLASSIFICATI IN:

- **TRAUMI ADDOMINALI CHIUSI**
- **TRAUMI ADDOMINALI APERTI**



TRAUMA ADDOMINALE CHIUSO

LESIONI COMPRESSIVE: CAUSATE DA SCHIACCIAMENTO DEGLI ORGANI INTERNI DA PARTE DI OGGETTI SOLIDI (AD ESEMPIO IL VOLANTE, LA CINTURA DI SICUREZZA...)

LESIONI DA STRAPPAMENTO: A SEGUITO DI UN TRAUMA LACERAZIONE DI LEGAMENTI E STRUTTURE VASCOLARI CHE PROVOCANO EMORRAGIE MASSIVE (PERICOLOSO SOPRATTUTTO A CARICO DI FEGATO E MILZA)

LA CUTE È INTEGRA.



TRAUMA ADDOMINALE APERTO

LESIONE PENETRANTE = SEMPRE SOSPETTO DI TRAUMA GRAVE

CAUSE: OGGETTI APPUNTITI O TAGLIENTI COME COLTELLI, PUNTERUOLI, SCHEGGE, PROIETTILI....

IN TUTTE QUESTE SITUAZIONI GLI ORGANI INTERNI SUBISCONO LACERAZIONI CHE DANNO ORIGINE A PERDITA EMATICA E/O FUORIUSCITA DI LIQUIDI.

LA CUTE NON È MAI INTEGRA, POSSONO FUORIUSCIRE I VISCERI DALLA CAVITÀ ADDOMINALE

TRAUMA ADDOMINALE

segni e sintomi

POSSIBILI EMORRAGIE INTERNE CON
EVOLUZIONE A SHOCK

- DOLORE: VIOLENTISSIMO DA SUBITO O AD INSORGENZA GRADUALE, DA LOCALIZZATO A DIFFUSO, AUMENTA CON I MOVIMENTI
- LACERAZIONI O EMATOMI DELLA PARETE ADDOMINALE
- ADDOME CONTRATTO, DURO, IPERSENSIBILE
- IMMOBILITÀ DEL PAZIENTE (REAZIONE DI DIFESA AL DOLORE)
- SEGNI DI SHOCK EMORRAGICO
- VOMITO SANGUINOLENTO

TRAUMA ADDOMINALE

cosa fare

- AVVERTIRE I SOCCORSI (118/112)
- CONTROLLARE EVETUALI EMORRAGIE ESTERNE
- POSIZIONARE IL PAZIENTE SUPINO CON LE GAMBE FLESSE
- IN CASO DI EVISCERAZIONE NON SPINGERE GLI ORGANI ALL'INTERNO MA COPRIRLI CON MEDICAZIONE (OTTIMALE TELA/GARZA STERILE)
- NON DARE NULLA DA BERE
- IN CASO DI CALO DELLA PRESSIONE POSIZIONE ANTI-SHOCK
- MONITORARE I PARAMETRI VITALI

Grazie per l'attenzione

Spunti presi da:
Testi per L'Educazione Fisica/Scienze Motorie
Vari manuali di Primo Soccorso/Intervento

Ufficio Educazione Fisica UAT VIII

a.s. 2019-2020

