



CE.S.VO.P.

Centro di Servizi per il Volontariato di Palermo

**PROTEZIONE CIVILE GERACI SICULO**

**PRESENTA**

# **SICURI IN CASA**



# **COSA FARE IN CASO DI...**

## INDICE

### Cosa fare in caso di...

1. Ferite
2. Ustioni
3. Folgorazione
4. Inalazione o ingestione di sostanze chimiche tossiche
5. Traumi articolari
6. Incendi e fuoriuscite di gas
7. Lo zaino del primo soccorso
8. Numeri utili

## LE FERITE



Le diverse tipologie di ferite sono:

- abrasioni ed escoriazioni
- da punta (provocate da aghi, punteruoli, spine, ecc.)
- da taglio (lame, rasoi, ecc.)
- da punta e taglio (coltelli, ecc.)
- lacere con bordi irregolari (gancio, artiglio animale, ecc.)
- lacero-contuse (se si verifica anche una contusione circostante)
- da arma da fuoco.

## COSA FARE

- proteggersi sempre le mani usando guanti di lattice monouso (come metodo di fortuna possono risultare utili i sacchetti di plastica).
- fare un'eventuale tricotomia (rasatura dei peli) della zona intorno alla ferita, così da meglio evidenziarla.
- far sanguinare bene la ferita sotto l'acqua corrente, per rimuovere polvere, sabbia ed eventuali batteri penetrati.
- lavare bene la ferita, usando solo acqua corrente, e non olii, sapone o altre sostanze irritanti.
- finire il lavaggio applicando nella ferita dell'**acqua ossigenata**, in grado di esercitare un'azione meccanica di rimozione delle impurità più profonde.
- passare sui bordi un disinfettante, possibilmente incolore.

## COSA NON FARE

- Evitare l'uso del cotone idrofilo, sempre che non sia accuratamente bagnato, per evitare che lasci peli.
- **NON** applicare mai polveri, pomate coloranti, olii, che occludono ritardando, la guarigione.

# USTIONI



L'ustione è una lesione della pelle, ed eventualmente degli stati sotto-cutanei, prodotta da agenti eterogenei (calore, radiazione, elettricità, ecc.) o da agenti chimici (basi, acidi, sali minerali, ecc...).

In questo caso si parla più propriamente di causticazioni.

Si distinguono:

- **USTIONI di 1° GRADO**, dette ERITEMI, interessano solo lo strato più superficiali della cute
- **USTIONI di 2° GRADO**, con formazione di bolle di plasma trasudato, dette FLITTENE
- **USTIONI di 3° GRADO**, con la formazione di tessuto necrotico e lesione delle terminazioni nervose (della sensazione e del dolore)

## SINTOMI

Dolore vivo in sede di lesione (1°-2° grado)  
o insensibilità della parte (3° grado),  
formazione di bolle contenenti plasma trasudato,  
sintomi dello stato di shock, ecc...

## COSA FARE

- In caso di ustioni di 1° Grado: effettuare abluzioni con acqua fredda e di creme emollienti e re-idratanti
- In caso di ustioni di 2° Grado: evitare di bucare la bolla di edema, così da non infettarla
- Applicare FOILLE, in forma di crema o spray
- Coprire la zona colpita con una garza sterile e pulita, e con tubolare di rete
- Se l'ustione è di grandi DIMENSIONI, ospedalizzare subito l'infortunato

## COSA NON FARE

- NON applicare pomate, olii o grassi
- NON usare disinfettanti
- NON somministrare alcoli

## **COSA FARE IN CASO DI USTIONI DA CALORE**

- Impedire all'infortunato di correre, alimentando le fiamme, e avvolgerlo in un tappeto e in una coperta di lana
- Immergere la parte ustionata sotto l'acqua corrente
- Mettere l'infortunato in posizione anti-schok (disteso, con gli arti inferiori sollevati)

## **COSA NON FARE IN CASO DI USTIONI DA CALORE**

- NON togliere gli indumenti di dosso
- NON Somministrare liquidi

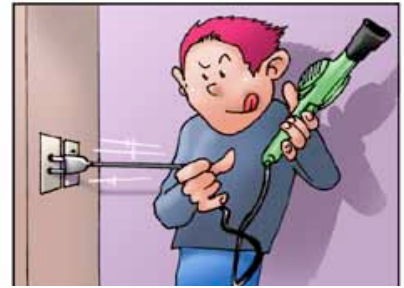
## **COSA FARE IN CASO DI USTIONI DA CAUSTICI**

- Dirigere un violento getto d'acqua sulla parte colpita, che sia in grado di rimuovere meccanicamente la sostanza
- Prolungare il lavaggio in acqua corrente per almeno 10 minuti continuati
- Sfilare, o se occorre tagliare, gli indumenti venuti a contatto con la sostanza ustionante
- Prestare grande attenzione affinché il soccorritore non si lesioni a sua volta nel prestare aiuto

## **COSA NON FARE IN CASO DI USTIONI DA CALORE**

- NON perdere inutilmente tempo a cercare un antidoto capace di contrastare l'effetto del caustico
- EVITARE GLI IMPACCHI! Molte delle sostanze elencate reagiscono al contatto con l'acqua. È importante allora che questa sia sempre usata facendola scorrere violentemente sulla parte lesa.

# FOLGORAZIONE



Le conseguenze dell'azione dell'elettricità sul nostro organismo possono essere varie:

## Dirette

- folgorazione
- ustione
- contrazione muscolare temporaneo o prolungata

## Indirette

- danni al bulbo rachidiano
- danni al sistema respiratorio
- danni al sistema cardiocircolatorio
- fratture
- stato di shock
- elettrolisi del sangue

## SINTOMI

Sono estremamente vari, a seconda delle tipologie di ustione e, soprattutto, della dinamica dell'evento.

Si possono avere ustioni di **1°**, **2°** e **3° grado** con o senza “marchi elettrici”, incoscienze prolungate, anche con arresti della respirazione e del battito, stato di shock, contrazioni muscolari temporanee o prolungate, dolore vivo in sede di lesione e nell'area circostante, eritemi cutanei, formazione di flittene o necrosi del tessuto (escara), ecc...

## COSA FARE

- Dare priorità assoluta all'autoprotezione degli astanti, dell'infortunato e propria, controllando l'effettiva assenza di corrente elettrica, l'assenza di materiali conduttori nelle vicinanze, ecc...
- In caso di folgorazione da corrente a basso voltaggio procedere ad allontanare l'infortunato rapidamente dalla fonte di corrente.
- Ricordare che il corpo umano è un ottimo conduttore di corrente, ma NON un accumulatore di corrente; pertanto non si prende la scossa toccando un infortunato.
- Che l'infortunato NON SIA PIÙ collegato ad una fonte di corrente elettrica.
- Chiamare il soccorso qualificato, specificando la dinamica dell'evento.

## COSA NON FARE

- In caso di folgorazione da alta tensione NON avvicinarsi all'infortunato nel raggio di 20 mt. L'alta tensione si propaga nel terreno ed il soccorritore si esporrebbe ad un grave rischio di folgorazione. Il soccorso, in questo caso specifico, spetta primariamente ai Vigili del Fuoco.

# INALAZIONE O INGESTIONE DI MONOSSIDO DI CARBONIO

In caso di cattivo tiraggio si può determinare una situazione di **ipossia** (carenza di ossigeno) e di **asfissia**.



Da stufe a carbone, a legna e da bracieri, ecc., la non corretta riossigenazione dell'ambiente, provoca a distanza di tempo la formazione di un composto chimico gassoso, dato dall'unione di particelle di ossigeno ( $O_2$ ) e di carbonio (C), chiamato **OSSIDO DI CARBONIO (CO)**.

## SINTOMI

- dispnea (difficoltà respiratoria) in fase iniziale, quindi asfissia, con conseguente arresto respiratorio e cardio-circolatorio,
- colorazione congesta (rossastra: l'infortunato si presenta "rosso ciliegia") spesso però in fase tardiva.

## COSA FARE

- Assoluta autoprotezione di astanti eventuali e di se stessi
- Dare l'allarme, chiamando i Vigili del Fuoco al numero **115** e quello Emergenza Sanitaria **118**.
- Aprire la finestra ma senza spaccare i vetri.
- Trascinare l'infortunato, anche a più riprese, fuori dall'ambiente saturo.
- Monitorare i parametri vitali ed agire di conseguenza.

## COSA NON FARE

- Evitare di accendere interruttori della luce, fuochi.
- Evitare di sollevare la cornetta del telefono eventualmente presente.

## TRAUMI LEGATI A CONTUSIONE, DISTORSIONI E FRATTURE

Le lesioni conseguenti a traumi **DIRETTI** o **INDIRETTI** all'organismo possono essere a carico del tessuto muscolare, articolare ed osseo.

Pertanto si potranno avere:

- **Contusioni, stiramenti, strappi/rotture muscolari**
- **Distorsioni e lussazioni**
- **Fratture** (infrazioni, complete, composte, scomposte, comminute, chiuse ed esposte).





1.

**CONTUSIONE:**

urto violento di una parte del corpo contro un oggetto duro, capace di ledere i tessuti molli sottocutanei, anche senza ferite

**STIRAMENTO:**

abnorme allungamento di un muscolo o di un fascio di fibre muscolari

**STRAPPO MUSCOLARE:**

si ha, spesso per trauma indiretto, la rottura delle fibre muscolari, con dolore anche a riposo ed impotenza funzionale della parte

**SINTOMI**

Dolore violento in zona di lesione, difficoltà o impotenza funzionale, formazione di ematoma locale, gonfiore, arrossamento e tumefazione.

**COSA FARE**

- Immediata applicazione sul luogo del trauma di impacchi freddi, quali spugnature o di ghiaccio. In questo modo si determina una vaso-costrizione che ulteriore eventuale versamento ematico, si riduce il gonfiore e si provoca una leggera parestesia locale.
- Il freddo va applicato per 15-20 min. continuati e per 5-6 volte al dì, ogni 2-3 ore.
- Sollevare l'arto colpito, per impedire un eccessivo afflusso ematico.
- Mantenere la parte a riposo assoluto per tutto il tempo consigliato dal personale medico.
- Effettuare, o far eseguire, un bendaggio compressivo e non costringitivo della parte interessata.

**COSE DA NON FARE**

- Non applicare pomate vaso-dilatatorie e scaldanti la parte, così da non infiammarla ulteriormente. Solo dopo 3-4 giorni si potranno effettuare impacchi caldi, con funzione riassorbente la tumefazione.
- Non massaggiare ne frizionare il muscolo lesa.

## 2.

### **TRAUMI ALLE ARTICOLAZIONI**

#### **DISTORSIONE**

fuoriuscita, con spontaneo rientro, di un capo articolare

#### **LUSSAZIONE**

fuoriuscita, senza rientro spontaneo, di un capo articolari

#### **SINTOMI**

dolore violento sulla zona lesa e nelle aree circostanti, difficoltà motoria (distorsione) o impossibilità motoria immediata (lussazione) della parte colpita, formicolii, contrattura muscolare immediata, deformità della parte riscontrabile allo sguardo.

#### **COSA FARE**

- Applicare immediatamente ghiaccio e non sostanze ad effetto scaldante, quindi infiammante
- Immobilizzare la parte lesa nella posizione in cui si trova, senza forzare altre posizioni. L'infortunato assume spesso una posizione che è o antalgica o l'unica possibile per via del trauma
- Ospedalizzare l'infortunato, così da poter ottenere una diagnosi sicura della lesione

#### **COSA NON FARE**

- Evitare assolutamente di "rimettere a posto" l'articolazione
- Non applicare pomate vaso-dilatatorie e scaldanti la parte, così da non infiammarla ulteriormente.

## 3.

### **FRATTURA**

soluzione parziale o completa della continuità di un osso

#### **SINTOMI**

dolore violento che aumenta in sede di frattura o per eventuale movimento della parte interessata, difficoltà motoria e spesso in funzionalità motoria, deformazione visibile allo sguardo, crepitazione da sfregamento, gonfiore ed edema, possibile ematoma ed ecchimosi.

Si possono avere complicanze immediate (stato di shock, emotoraci e emopneumotoraci, presenza di oggetti estranei, lesioni articolari e muscolari, lesioni

artero-venose e nervose, ecc...) e a distanza (lesioni nervose croniche, emiparesi, paraparesi e tetraparesi, formazione anomala di calli ossei, ecc.)

## COSA FARE

- Avvicinarsi possibilmente con un approccio frontale e cercare di definire la dinamica dell'evento.
- Valutare le funzioni vitali dell'infortunato (coscienza, respiro e polso): se sono assenti, chiamare il **118**, se presenti effettuare un controllo secondario usando lo sguardo, il tatto e facendo domande all'infortunato relative alle sue condizioni generali.
- Considerare l'infortunato come un poli-traumatizzato, pertanto, laddove si suppongano gravi lesioni, evitare assolutamente di farlo muovere e mantenerlo nella posizione in cui si trova (l'unica che riesce ad assumere per via del trauma o a causa del dolore da esso provocato).
- Toccare le varie parti del corpo, partendo dall'alto verso il basso e sempre in modo bilaterale, con delicatezza assoluta, alla ricerca di eventuali deformazioni, ferite, fratture, emorragie o altro, che andranno successivamente segnalate al personale soccorritore.
- In caso di traumi di lieve entità, immobilizzare la parte lesa con stecco-bende di fortuna, sia in caso di frattura, lussazione o distorsione, utilizzando mezzi di fortuna quali assi di legno, bastoni, cartone rigido.
- Fissare sempre l'arto in modo che le articolazioni a monte ed a valle della parte lesa risultino ben ferme, usando cravatte, bende, ecc...
- Imbottire la parti vuote della stecco-benda, usando stoffa, cotone, ecc..., così da immobilizzare ulteriormente e definitivamente l'arto.

- In caso di lesione all'arto superiore (spalla, braccio, avambraccio, polso e mano) è possibile usare anche il tronco come supporto, qualora la tipologia della lesione lo consenta. Allo stesso modo, per una lesione all'arto inferiore (coscia, gamba, caviglia, piede) si può usare l'altro arto sano.
- Lasciare sempre libere le dita per controllarne la colorazione che deve mantenersi rosea. In caso di cianosi del letto ungueale, non dovuto alla dinamica dell'evento, si dovrà pensare ad una bendatura troppo costrittiva.

## COSA NON FARE

- Non chiedere all'infortunato di effettuare alcun movimento finalizzato al controllo dell'eventuale mobilità della parte lesa
- Non ridurre mai un'eventuale frattura, ne usare su monconi ossei sporgenti alcun tipo di disinfettante, olii o tinture
- Non fermare mai l'arto in corrispondenza del punto di lesione

# INCENDI



In caso di incendio in un edificio:

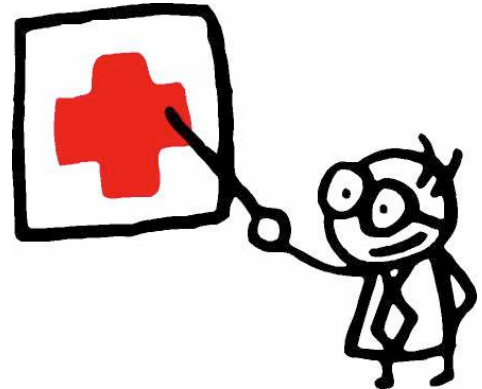
- **Non lasciarti prendere dal panico** e cerca di agire con la massima lucidità;
- dai immediatamente l'allarme e **chiama i Vigili del Fuoco**; il servizio di soccorso è gratuito e può essere richiesto componendo il numero telefonico 115 (anche la telefonata è gratuita);
- prima di aprire qualunque porta controlla con il dorso della mano se è calda: in tal caso non aprirla (il calore indica che il fuoco è vicino); se invece è fredda aprila lentamente per verificare se l'ambiente sia già stato invaso dal fumo (in questo caso richiudi immediatamente la porta);
- se non ci sono persone all'interno, esci e **chiudi porte e finestre dei locali incendiati** (l'aria alimenta il fuoco), ma non a chiave dato che dovranno entrare i Vigili del fuoco;
- se non puoi uscire dall'edificio sdraiati sul pavimento dove l'aria è più pulita ed il calore è minore cercando di sigillare le fessure con coperte o altro;
- **proteggi naso e bocca** con fazzoletti o altri indumenti possibilmente bagnati;
- se ti è possibile farlo in condizioni di sicurezza, **chiudi gli interruttori generali dell'energia elettrica e del gas**.
- **non usare in nessun caso l'ascensore** (potrebbe mancare l'energia elettrica e bloccarsi);
- non usare mai l'acqua per spegnere incendi in prossimità di macchine od elementi in tensione;
- se ti sei bruciato, cerca di raffreddare subito la parte bruciata con acqua, ghiaccio o un metallo e recati al più vicino pronto soccorso.

## **Per prevenire**

- Non tenete tende vicino a fornelli, caldaie e stufe.
- Tenete in un luogo protetto prodotti come alcool e trielina.
- Non avvicinatevi ai fornelli con indumenti penzolanti e di tessuto sintetico (nylon).
- Utilizzate il parascintille davanti al camino.
- Non schermate la luce con carta o stracci.
- Staccate la presa dell'antenna tv durante i temporali.
- Spegnete il televisore mediante l'interruttore e non con il solo telecomando.
- Non posizionate la televisione vicino ad arredi combustibili e non incassatela dentro a un mobile.
- Non fumate a letto o in poltrona: rischiate di addormentarvi.
- Se vi è possibile, tenete in casa un estintore.

Il **KIT DI PRONTO** soccorso da tenere in casa:

- guanti in lattice
- garze sterili
- cotone idrofilo
- benda in rotolo
- acqua ossigenata
- disinfettante
- cerotti
- ghiaccio istantaneo
- ghiaccio spray
- telini sterili
- forbici
- se possibile un' estintore



### **NUMERI UTILI**

- GUARDIA MEDICA DOMICILIARE
- EMERGENZA SANITARIA  
(soccorso notturno e diurno con ambulanza) **118**
- POLIZIA PRONTOINTERVENTO **113**
- CARABINIERI PRONTOINTERVENTO **112**
- VIGILI DELFUOCO **115**
- **TUO** IDRAULICO DI FIDUCIA
- **TUO** ELETTRICISTA DI FIDUCIA
- **TUO** MEDICO

