

# Impariamo a curare i piccoli malanni e incidenti quotidiani



# *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*

LE PUNTURE DI VESPE,  
API,CALABRONI POSSONO  
PROVOCARE IN INDIVIDUI  
SENSIBILI REAZIONI  
GENERALIZZATE E INTENSE



# PUNTURE DI INSETTI

## *cosa fare*

- **PUNGIGLIONE 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*

- **ORTICARIA** (prurito, rossore a chiazze, rigonfiamenti simili alla puntura di zanzara)
- **ASMA** (mancanza di respiro, senso di costrizione al torace, tosse, rumori respiratori)
- **SHOCK ANAFILATTICO O GRAVI ATTACCHI 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 CON ACQUA FREDDA O DEL GHIACCIO ALLA RADICE DEL NASO

SE L'EMORRAGIA NON SI ARRESTA RECARSÌ DAL MEDICO O AL PRONTO SOCCORSO



# *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
- RECARSI 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, ARROSSAMENTO, GONFIORE

## **COSA FARE:**

- APPLICARE IMPACCHI FREDDI/GHIACCIO
- CONSULTARE IL MEDICO



# USTIONI

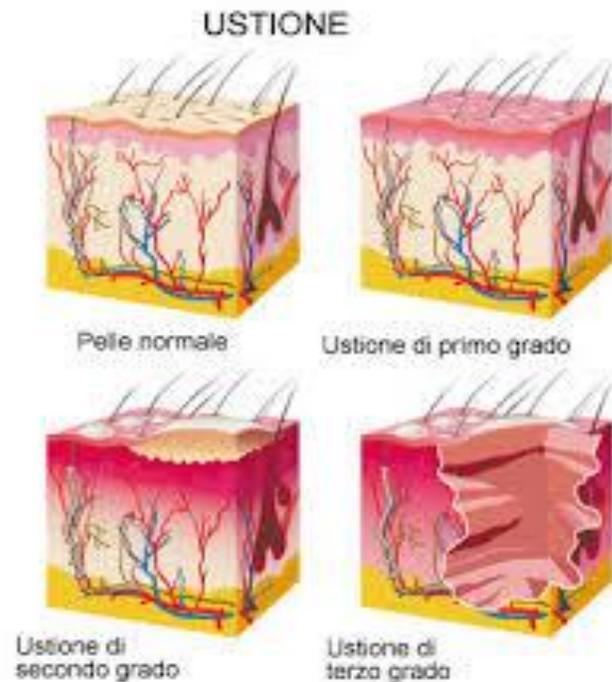
LESIONI DELLA CUTE E DEI TESSUTI SOTTOSTANTI

## PROVOCATE DA:

- **CONTATTO DIRETTO** CON FIAMME, O SOSTANZE LIQUIDE, SOLIDE O VAPORI BOLLENTI
- **ESPOSIZIONE** 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 secche 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*

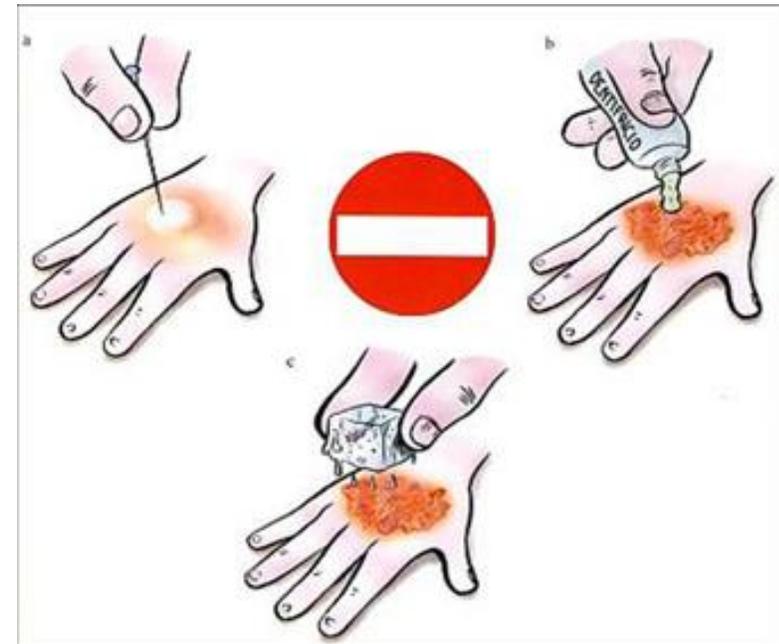
- IN CASO DI USTIONE LIEVE LAVARE SOTTO ACQUA CORRENTE FREDDA
- IN CASO DI LESIONE DELLA CUTE LAVARE CON SOLUZIONE FISIOLÓGICA STERILE
- COPRIRE LA PARTE USTIONATA CON GARZE STERILI
- CONTROLLARE I PARAMETRI VITALI
- POSIZIONE ANTISHOCK (se necessario)
- CHIAMARE IL MEDICO O IL 118/112



# 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

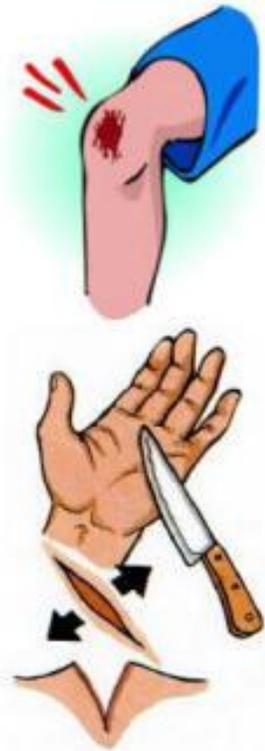
# *FERITE*

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*

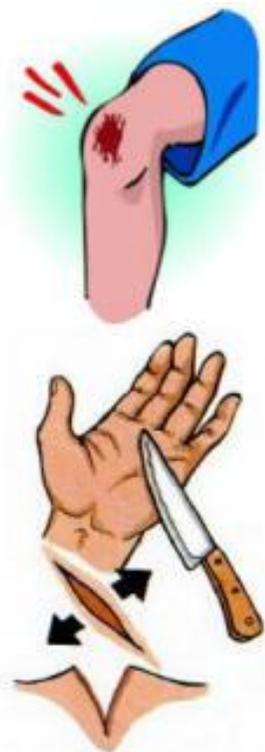
tipologia



- ABRASIONE
- FERITA DA TAGLIO
- FERITA LACERA
- FERITA DA PUNTA
- FERITA DA MORSO
- FERITA LACERO-CONTUSA

# ABRASIONI E PICCOLE FERITE

## cosa fare

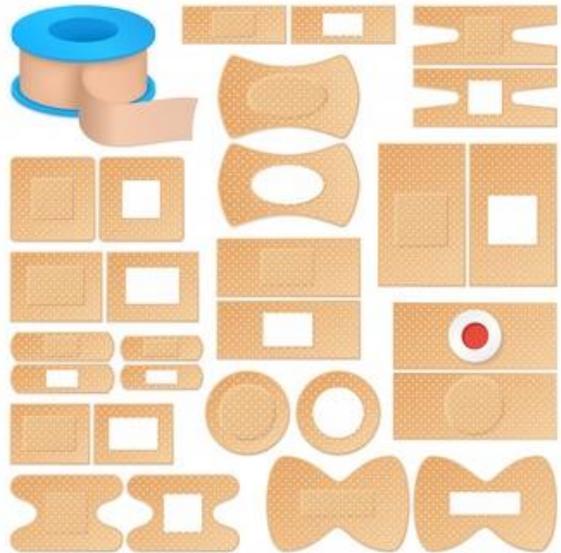


- LAVARSI ACCURATAMENTE LE MANI E INDOSSARE GUANTI MONOUSO
- DETERGERE LA FERITA E LA PELLE CIRCOSTANTE CON ACQUA CORRENTE E GARZA STERILE (MAI OVATTA), MEGLIO SE ACQUA OSSIGENATA, INIZIANDO DAL CENTRO
- ASPORTARE PICCOLE SCHEGGE O CORPI RITENUTI
- DISINFETTARE LA FERITA CON PRODOTTI:
  - ad azione Batteriostatica 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 PROFONDE
- FERITE DA MORSO DI ANIMALE
- FERITE INFETTE

**RECARSI DAL MEDICO O AL PRONTO SOCCORSO**



# 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 INTERNI
- **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 INTERMITTENTI ED E' 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
- NAUSEA, VERTIGINE, SVENIMENTO
- STATO DI SHOCK nei casi più gravi

# EMORRAGIE

cosa fare



INDOSSARE SEMPRE I GUANTI MONOUSO

## **EMORRAGIE CAPILLARI**

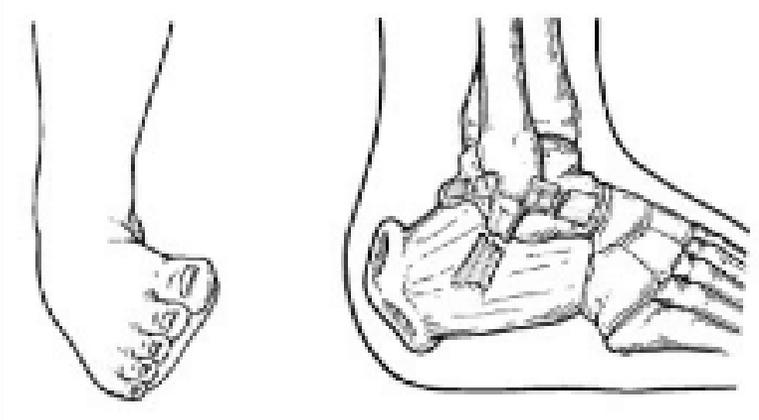
COMPRESSIONE CON GARZE STERILI E  
BENDAGGIO COMPRESSIVO

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

**EMORRAGIE VENOSE**

**EMORRAGIE ARTESIOSE**

# ***DISTORSIONI***

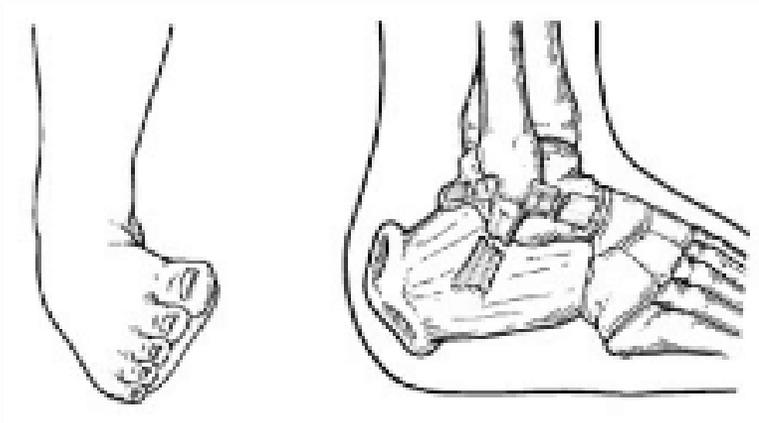


TRAUMI DELLE ARTICOLAZIONI CAUSATE  
DA FALSI MOVIMENTI

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

NEI CASI PIÙ GRAVI SI POSSONO  
LACERARE I LEGAMENTI.

# ***DISTORSIONI***

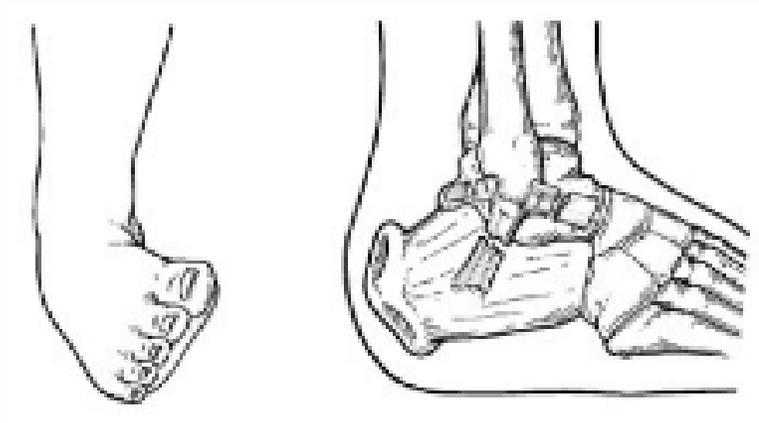


SI DISTINGUONO IN:

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

# ***DISTORSIONI***

*Sintomi*



- DOLORE
- LIMITAZIONE FUNZIONALE

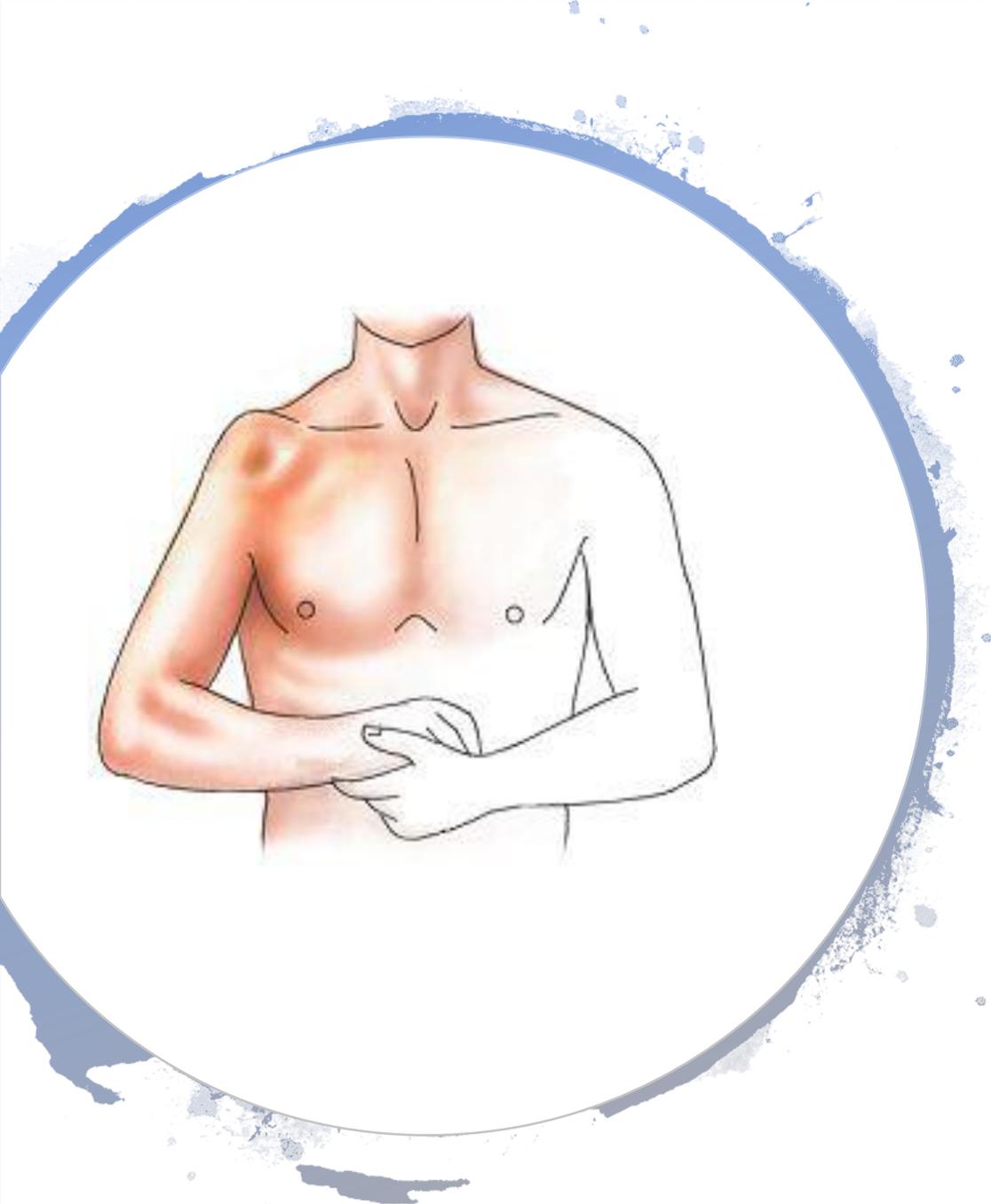


# ***DISTORSIONI***

*cosa fare*

- APPLICARE FASCIATURA COMPRESSIVA
- APPLICARE IMPACCHI FREDDI O CON GHIACCIO
- RIPOSO FUNZIONALE CON ARTO SOLLEVATO
- CONSULTARE IL MEDICO IN CASO DI DOLORE PERSISTENTE





# *LUSSAZIONI*

TRAUMI DELLE ARTICOLAZIONI CAUSATE  
DA FALSI MOVIMENTI

L'OSSO ESCE DEFINITIVAMENTE DALLA  
SUA SEDE ARTICOLARE

CARATTERIZZATE DALLA ROTTURA DELLA  
CAPSULA ARTICOLARE

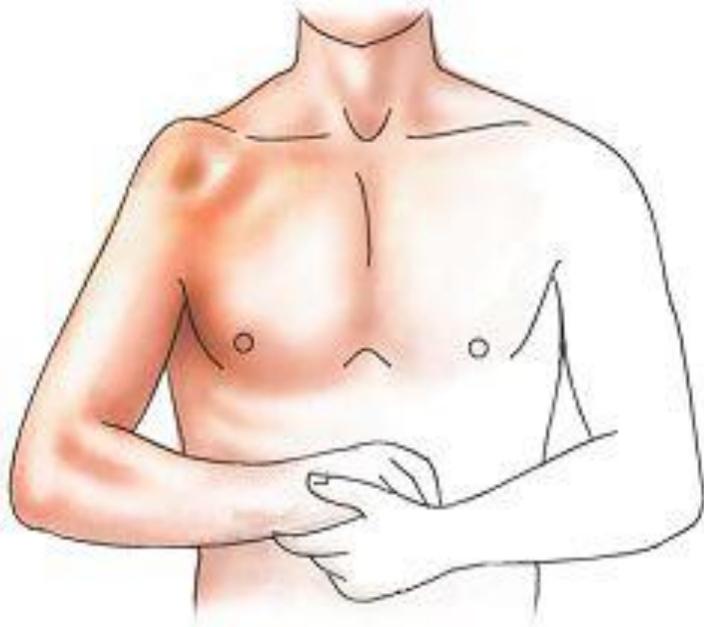
# ***LUSSAZIONI***

## ***Sintomi***

- DOLORE VIVO
- DEFORMAZIONE DELL'ARTICOLAZIONE
- LIMITAZIONE FUNZIONALE

## ***cosa fare***

- NON RIMETTERE A POSTO L'ARTICOLAZIONE
- CONSULTARE IL MEDICO O CHIAMARE IL 118/112



# CRAMPI

*SONO UNA CONTRAZIONE IMPROVVISA E INVOLONTARIA DEI MUSCOLI CON FORTE DOLORE*

***cosa fare***

*CERCARE DI RILASSARE E ALLUNGARE IL MUSCOLO COLPITO*



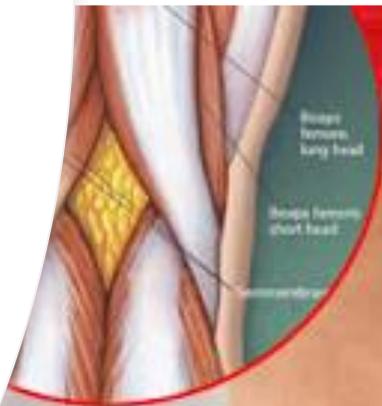
# ***STIRAMENTI MUSCOLARI***

*LESIONI DI ALCUNE FIBRE MUSCOLARI*

---

# ***STRAPPI MUSCOLARI***

*ROTTURA DI UNO O PIU' FASCI DI FIBRE MUSCOLARI*



# STIRAMENTI E STRAPPI MUSCOLARI

*cosa fare*

- RIPOSO
- GHIACCIO/IMPACCHI FREDDI
- RECARSI DAL MEDICO O AL PRONTO SOCCORSO

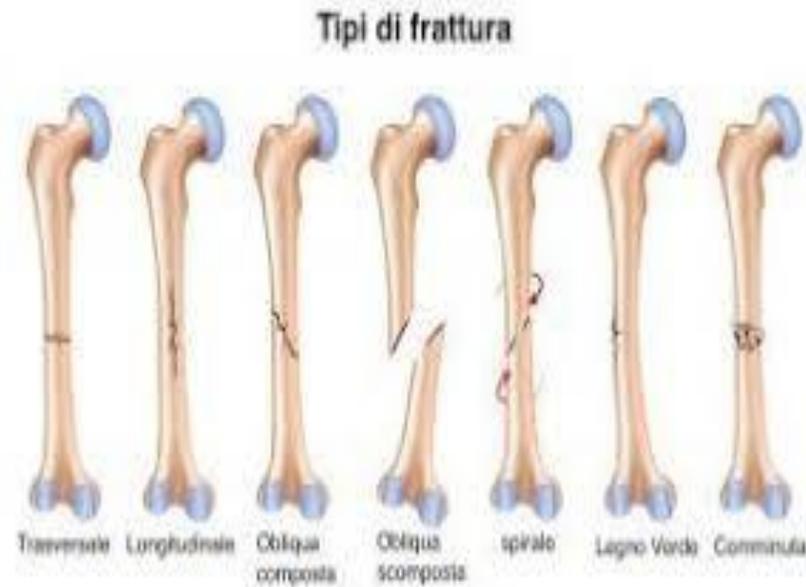


# FRATTURE

*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



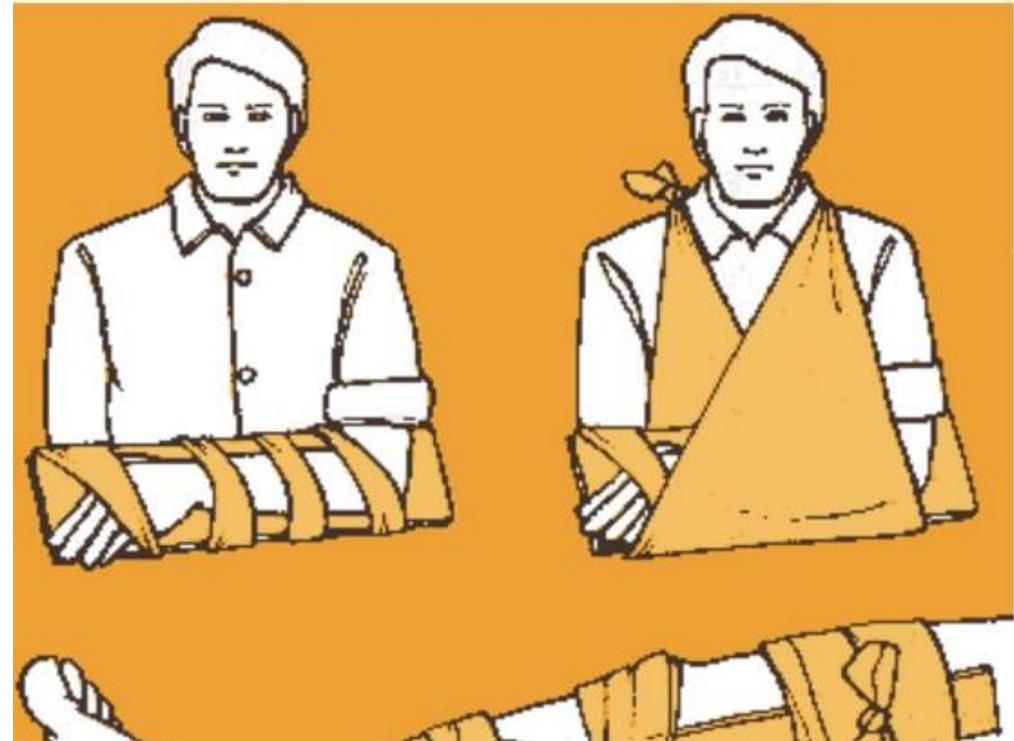
k19456933 www.fotosearch.com

- 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 E RECARSI AL PRONTO SOCCORSO



# *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*

signi 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  
Manuali di Primo Soccorso

Ufficio Educazione Fisica UAT VIII

a.s. 2019-2020

