

Schweizerischer Militär-Sanitäts-Verband  
Soci t  Suisse des Troupes Sanitaires  
Societ  Svizzera delle Truppe Sanitarie



# Primi soccorsi

I pi  importanti in sintesi

BLS-AED-SRC Completo  
Corso soccorritori  
First Aid livello 1 IAS e refresher

[www.smsv.ch](http://www.smsv.ch)

Organisation de sauvetage de la **CRS**   
Rettungsorganisation des **SRK**  
Organizzazione di salvataggio della **CRS**



Beauftragter Verband der Schweizer Armee  
Organisation d l gu e par l'arm e suisse  
Organizzazione delegata dell'esercito svizzero



# Pronti per le emergenze

Quando i secondi diventano questione di vita e di morte o sono importanti per evitare danni permanenti, bisogna saper agire correttamente e iniziare subito le misure immediate per salvare la vita. Aiutare in un'emergenza e prestare i primi soccorsi sono un obbligo naturale che abbiamo verso il prossimo.

In questo opuscolo «Primi soccorsi» troverete le regole di comportamento più importanti. Le conoscete ancora tutte? In caso contrario la locale sezione samaritana offre corsi di formazione personale.

Leggere le pagine da 5 a 23.

## **Impressum**

1ª Edizione, Luglio 2023

Copyright

**Società Svizzera delle Truppe Sanitarie**



Tutti i diritti riservati

Le foto di copertina (pagine 1 e 2) sono state scattate al campo di addestramento (AULA) di S-chanf.

# Contenuto

- 6** Procedura generale
- 7** Schema del semaforo / numeri d'emergenza
- 8** Ritrovamento di una persona
- 9** Valutazione del paziente
- 10** Mantenimento del calore
- 11** Gravi emorragie esterne e interne
- 12** Lesioni alla colonna vertebrale
- 13** Ustioni
- 14** Causticazioni
- 15** Emergenze psichiche
- 16** Infarto cardiaco
- 17** Ictus
- 18** Ostruzione delle vie aeree negli adulti
- 19** Ostruzione delle vie aeree nei neonati e nei bambini piccoli
- 20** Crisi convulsive
- 21** Svenuto – respira
- 22** Svenuto – non respira
- 23** BLS-AED-SRC Algoritmo 2021

# Procedura generale

È del tutto normale sentirsi sotto pressione in una situazione d'emergenza. Potreste aver bisogno di qualche secondo per raccogliere le idee e superare lo spavento iniziale. O magari passate immediatamente in modalità «pilota automatico». Ognuno possiede qualità utili per prestare i primi soccorsi in caso d'emergenza.

- Queste includono:
- Ragionare lucidamente
  - Voler aiutare
  - Fare tutto il possibile
  - Usare il buon senso
  - Ascoltare e osservare
  - Essere premurosi e compassionevoli
  - Agire, anche se si è incerti
  - Prendersi cura della persona fino all'arrivo dei professionisti sul posto.

Quali di queste qualità possedete?

## **Dove potete chiedere aiuto?**

Le misure di primo soccorso possono salvare vite umane e sono un servizio per gli altri. Prestare i primi soccorsi non significa solo applicare le abilità pratiche. Si tratta di chiedere aiuto, affinché la persona ferita o malata riceva l'assistenza di cui necessita.

## **Non siete soli**

In caso di emergenza, chiamate il prima possibile la centrale per le chiamate d'emergenza sanitaria 144: vi verrà chiesto cosa è successo, dove vi trovate e vi verrà detto che cosa potete fare.

# Schema del semaforo

# Numeri d'emergenza

## Guarda

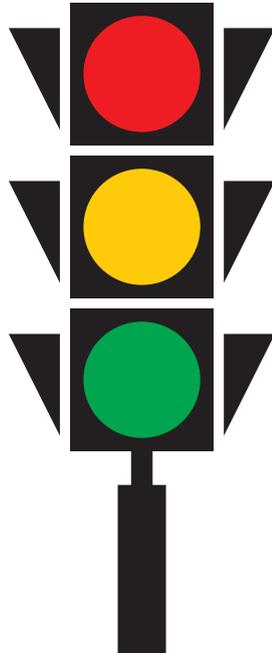
Panoramica della situazione:  
Che cosa è successo?  
Quante persone?

## Pensare

Ci sono pericoli?  
Per i soccorritori, per i pazienti,  
per i passanti o i parenti?

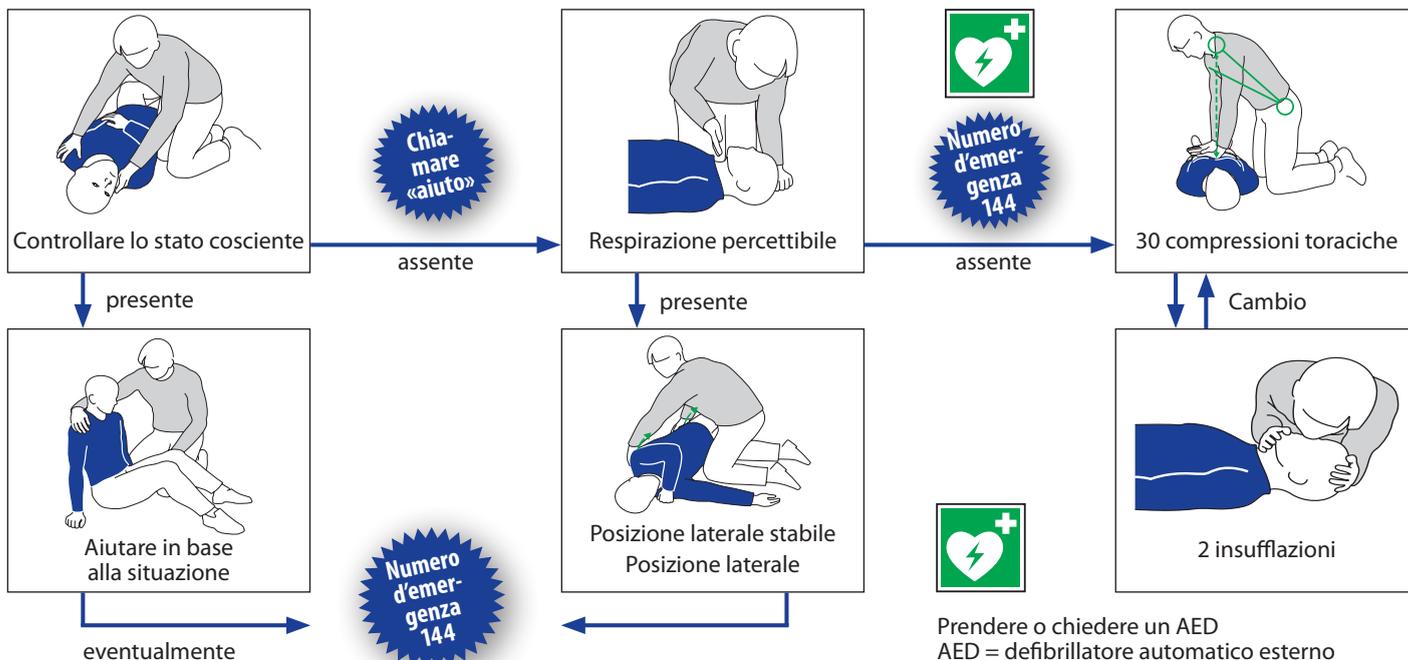
## Agire

Autoprotezione  
Mettere in sicurezza il luogo  
dell'evento  
Dare l'allarme  
Prestare i primi soccorsi



# Ritrovamento di una persona

**Azione chiave:** verificare lo stato di coscienza e chiamare il 144 se necessario; se non respira, effettuare compressioni toraciche, algoritmo BLS-AED-SRC (vedi «Soccorrere una persona priva di conoscenza e che non respira»).



# Valutazione del paziente

**Azione chiave:** Di soccorritori occasionali devono farsi un'idea primaria del paziente nei primi minuti.



- 1 Paziente cosciente**  
Parlare alla persona a voce alta e chiara. Se la persona risponde, chiedere informazioni sul problema, prestare il primo soccorso e, se necessario, allertare il numero di emergenza 144.



- 2 Paziente privo di conoscenza**  
Parlare alla persona a voce alta e chiara. Se la persona non risponde, verificare se respira. Se la respirazione è presente, mettere la persona in posizione laterale, tenerla al caldo e avvertire il numero di emergenza 144.



- 3 Paziente esanime**  
Parlare alla persona a voce alta e chiara. Se la persona non risponde, se non respira o non respira normalmente, procedere secondo l'algoritmo BLS-AED-SRC (vedi pagina 23).

# Mantenimento del calore

## Proteggere una persona dal freddo

**Misura chiave:** proteggere dal freddo una persona che ha avuto un incidente o si è ammalata.



**1** Togliere gli indumenti bagnati il prima possibile e impedire che la persona si raffreddi.

**2** Proteggere la persona dalle intemperie (freddo, caldo, pioggia e vento).

**3** Proteggere la persona, ad esempio con una coperta di salvataggio, un involucri di plastica o una giacca.

# Gravi emorragie esterne e interne

## Aiutare una persona che sta sanguinando abbondantemente

**Azione fondamentale:** applicare una pressione sulla ferita.



## Ulteriori informazioni Emorragia interna

Le emorragie interne sono insidiose perché spesso non si vede nulla dall'esterno. A volte è visibile un ematoma sulla pelle. Un'altra indicazione di emorragia interna può essere il dolore. In caso di lesioni al torace, all'addome, al bacino e alla coscia, la perdita di sangue può essere molto elevata.

- 1** Stendere la persona sul pavimento.
- 2** Garantire il mantenimento del calore.
- 3** Avvisare il numero di emergenza 144.

# Lesioni alla colonna vertebrale

## Aiutare una persona con dolore alla colonna vertebrale dopo una caduta

**Azione chiave:** se possibile, non spostare e garantire il mantenimento del calore.



**1** Avvicinarsi alla persona e verificare la presenza di ferite.

**2** Se possibile, non spostare la persona e proteggerla dal freddo.

La persona può essere spostata:

- Se non è cosciente (con la dovuta attenzione, girare in asse in posizione laterale);
- Se la persona deve essere allontanata da una zona di pericolo. A tal fine, afferrare saldamente la persona sotto entrambe le ascelle e allontanarla.

# Ustione

## Aiutare una persona ustionata

**Azione chiave:** raffreddare immediatamente l'ustione.



**1** Raffreddare l'ustione sotto l'acqua tiepida corrente per almeno 15 minuti, finché la persona non prova più dolore e la zona della pelle ustionata non è più rossa.

**2** Dopo il raffreddamento, coprire la ferita con un panno asciutto (cotone) non appiccicoso.

**3** In caso di ustioni in neonati o bambini, allertare il numero di emergenza 144. Evitare l'ipotermia.



# Causticazione

## Aiutare una persona che ha subito una causticazione

**Azione fondamentale:** sciacquare immediatamente e abbondantemente con acqua la zona causticata.



- 1** Sciacquare immediatamente la sostanza corrosiva dagli occhi o dalla zona del corpo.
- 2** Sciacquare la zona degli occhi o del corpo per almeno 15 minuti.
- 3** Avvisare il 144 e continuare a risciacquare.

# Emergenze psichiche

## Aiutare una persona che si trova in uno stato di emergenza psichica

**Azione chiave:** creare un'atmosfera armoniosa.



- 1** Creare un'atmosfera armoniosa. Conversare in modo rilassante.
- 2** In caso di iperventilazione, indurre volontariamente un rallentamento della respirazione. Se possibile, spostare la persona in un ambiente tranquillo. Se l'iperventilazione cessa entro pochi minuti, non è necessario dare l'allarme.
- 3** Assicuratevi di proteggervi se una persona reagisce in modo aggressivo. Non mettete la persona in difficoltà. Se necessario, chiamare la polizia al 117.

# Infarto cardiaco

## Aiutare una persona che sta avendo un infarto cardiaco

**Azione chiave:** chiamare il numero per le chiamate di emergenza sanitaria 144.



**1** Comporre il numero di emergenza 144.



**2** Mettete la persona colpita in una posizione comoda per lei. Rassicurare la persona in attesa dell'ambulanza.

# Ictus

## Aiutare una persona colpita da ictus

**Azione chiave:** Chiamare il numero per le chiamate di emergenza sanitaria 144.



- 1** Chiamare il numero di emergenza 144.
- 2** Posizionare la persona colpita in posizione laterale o supina.
- 3** Se l'eloquio della persona interessata è compromesso, porre domande Sì / No:
  - È a suo agio?
  - Ha bisogno di un cuscino?
  - Possiamo fare qualcosa per lei?
  - Sente dolori?

Per verificare se qualcuno sta avendo un ictus, eseguire il test **FAST**:

- **Face / viso:** Chiedete alla persona di sorridere: notate una paralisi unilaterale del viso?
- **Arms / braccia:** riesce a sollevare entrambe le braccia?
- **Speech / linguaggio:** parla in modo comprensibile?
- **Time / tempo:** chiamare la centrale per le chiamate d'emergenza sanitaria 144.

# Ostruzione delle vie aeree

## Aiutare una persona adulta che sta soffocando

**Azione chiave:** rassicurare la persona e chiederle di tossire.



**1** Sostenere la persona con una mano sul petto e con l'altra dare 5 colpi sulla schiena piegata in avanti.

**2** Se non si riesce, eseguire la manovra di Heimlich:

- afferrare la persona da dietro;
- tenere la persona vicino al proprio corpo;
- eseguire forti compressioni nella parte superiore dell'addome.

# Ostruzione delle vie aeree

## Aiutare un neonato o un bambino che ha ingerito qualcosa

**Azione fondamentale:** rassicurare il neonato o il bambino e chiedergli di tossire, se possibile.



- 1** Posizionare il neonato con la pancia sull'avambraccio o sulla coscia (la testa è il punto più basso). Stabilizzare la testa tenendo la sua mascella.
- 2** Dare 5 colpi sulla schiena tra le scapole.
- 3** Girate il bambino sulla schiena.
- 4** 5 volte massaggio cardiaco con 2 dita.

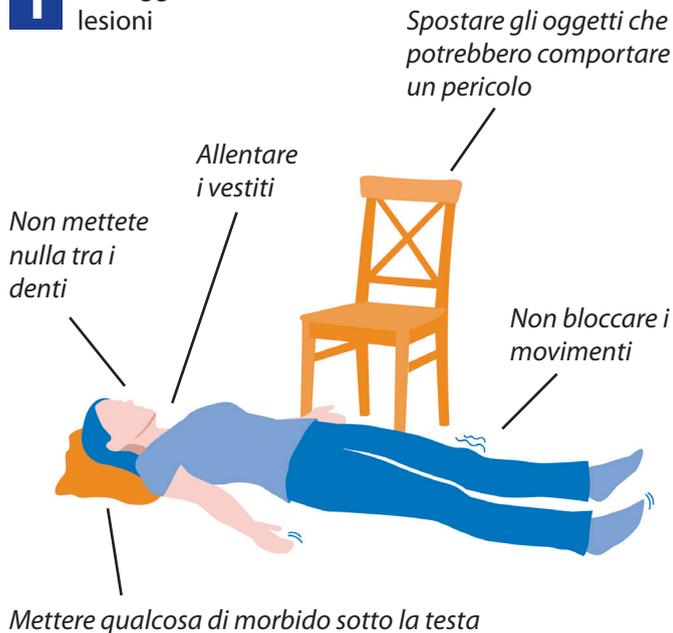
In caso di insuccesso, avviare immediatamente le misure di BLS e allertare il 144.

# Convulsioni

## Aiutare una persona colpita da una crisi convulsiva

**Azione chiave:** assicurarsi che la persona si trovi in un luogo sicuro e prevenire le lesioni.

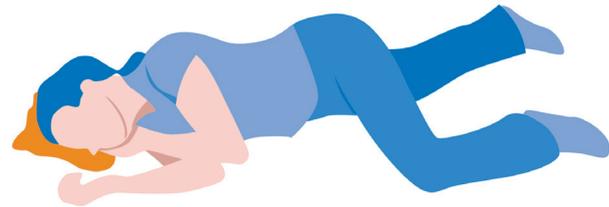
- 1** Proteggere dalle lesioni



- 2** Avvisare il 144 in caso di lesioni o se la «crisi» dura più di 3 minuti.



- 3** Dopo l'attacco, mettere la persona in posizione laterale e restarle accanto.



In collaborazione con la  
Lega svizzera per l'epilessia

# Svenuto – con respirazione

## Aiutare una persona priva di sensi ma che respira

**Azione chiave:** posizionare la persona in posizione laterale e inclinare la testa all'indietro.



- 1** Mettere la persona su un fianco e inclinare la testa all'indietro.



- 2** Chiamare il numero di emergenza 144.

# Svenuto – non respira

## Soccorrere una persona priva di sensi e che non respira

**Azione chiave:** compressioni toraciche, algoritmo BLS-AED-SRC (vedi pag. 23).



**1** Dare l'allarme alla centrale per le chiamate d'emergenza sanitaria 144.

**2** **Massaggio cardiaco:** porre la persona in posizione supina (superficie dura). Scoprire il busto. Con le braccia tese e perpendicolari, applicare 30 pressioni verticali molto forti con una frequenza di 100–120 volte al minuto al centro del torace. Rilasciare brevemente la pressione dopo ogni pressione.



**Ventilazione:** distendere la testa all'indietro. Ventilazione bocca a bocca o bocca a naso. Controllare se il torace si solleva in modo visibile quando l'aria entra.

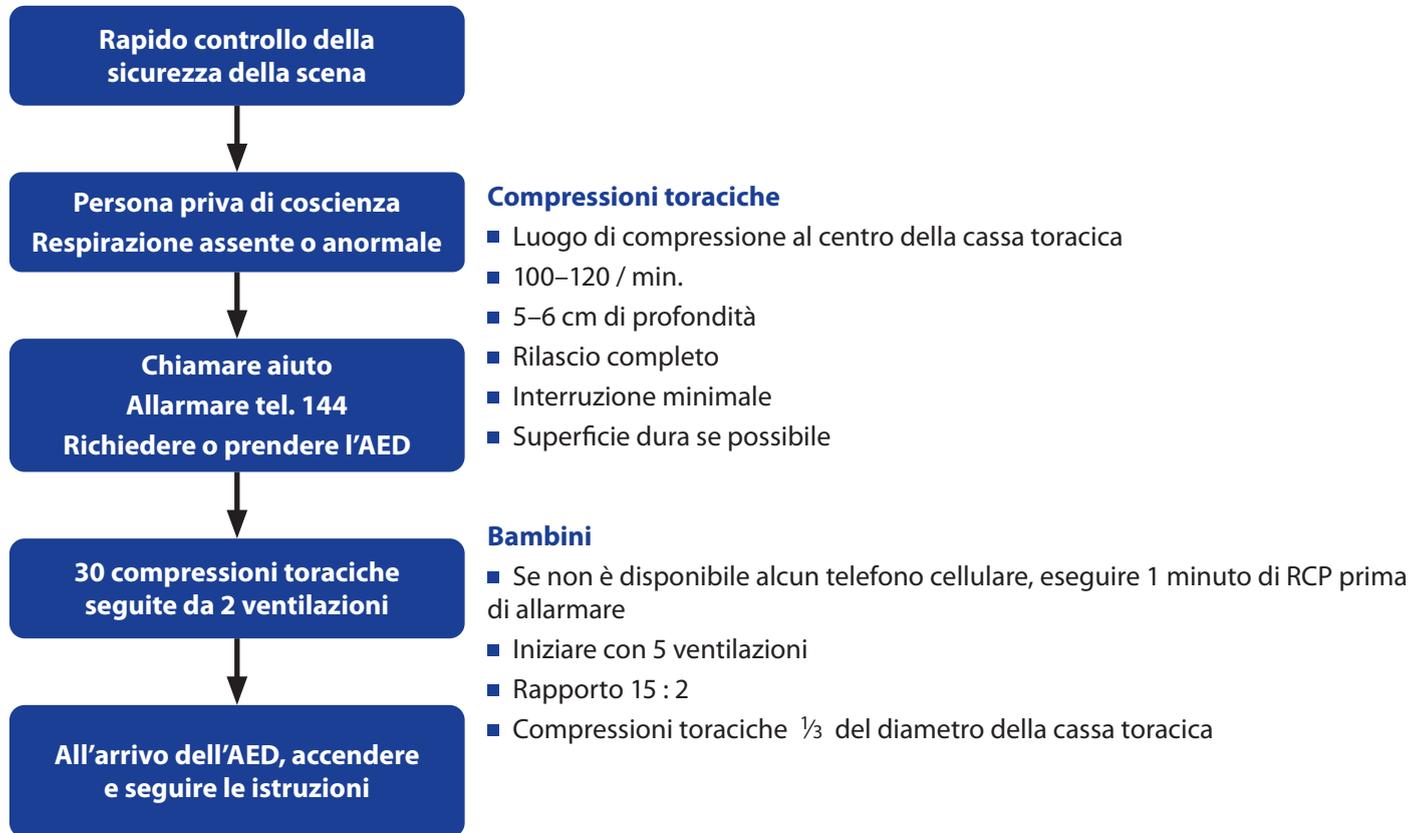
**3** Eseguire le compressioni 3 toraciche. Chiedere a qualcuno di prendere un DAE.



**4** **Importante:** radere i peli del petto prima di applicare gli elettrodi, asciugare le zone umide della pelle.

**5** Chiedere a qualcuno di aprire il DAE e di accenderlo, se necessario. Seguire le istruzioni del dispositivo.

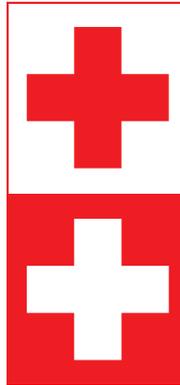
# Algoritmo BLS-AED-SRC 2021



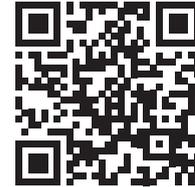


**AULA**

**SMSV SSTS** 



**Il campo di formazione  
della Società Svizzera  
delle Truppe Sanitarie**



Da oltre 40 anni, la Società Svizzera delle Truppe Sanitarie (SSTS®) gestisce il campo di formazione (AULA). L'obiettivo è quello di introdurre i giovani al mondo della paramedicina in un ambiente attraente e in un'atmosfera rilassata.

La formazione può essere utile per successive scelte di carriera nel settore sanitario o per l'inquadramento militare.

Iscrizioni su: [www.aula-jugendlager.ch](http://www.aula-jugendlager.ch)